



# LA FLORA ERBACEA DEI BOSCHI E DELLE BOSCOAGLIE

a cura di Luca Gariboldi

con la collaborazione di  
Ivan Bonfanti e Federica Gilardelli

# Introduzione

La guida botanica del Parco è probabilmente la prima che, parlando di boschi, si pone lo scopo di far conoscere ai fruitori del territorio solo la componente erbacea e/o lianosa di questo habitat. Tale scelta non è casuale ma mirata a far scoprire al turista che anche nei boschi del territorio, e non solo nei prati aridi, si possono trovare dei fiori di notevole bellezza e pregio bio-ecologico.

Spesso si pensa che un bosco sia formato solo da alberi e arbusti e nient'altro e quindi riconoscendo un olmo, una quercia, un carpino o un nocciolo, ecco che ci si illude che sia tutto qui. In realtà c'è molto di più: ci sono le piante erbacee del sottobosco e non solo; il bosco è, infatti, un insieme di organismi vegetali (alberi, arbusti, erbe, ecc.) e animali che convivono e interagiscono fra loro in un ambiente (suolo e clima) che può variare a seconda del territorio.

## I boschi del Parco

La superficie boschiva nel Parco, oggi, è molto ridotta rispetto al passato e ciò come conseguenza della lunga storia di trasformazioni paesaggistiche avvenute nel tempo, lungo il fiume, indotte dall'uomo, come: la diffusione dei coltivi fino a ridosso delle sponde, le attività di escavazione della sabbia e ghiaia, l'urbanizzazione e le arginature artificiali. Nel Parco nessun bosco può definirsi allo stato "climax" (ormai un concetto puramente teorico per i boschi italiani) cioè simile a quello che doveva essere, secondo le ricerche paleobotaniche, il "bosco primordiale pluristratificato" della Pianura Padana, formato da latifoglie caducifoglie e dominato dalle querce.

La realtà attuale del territorio mostra sia boschi più o meno belli, complessi e strutturati, sia boschi disordinati e talora al limite dell'incolto, con i due aspetti che si mescolano in vario grado. I fattori ecologici che influenzano la composizione e l'organizzazione, quindi la "qualità" di questi boschi, sono principalmente le variazioni dell'umidità del suolo, il contenuto di nutrienti e il disturbo antropico.

Così si possono riconoscere tre tipologie principali di bosco: il bosco igrofilo, il bosco mesofilo e la boscaglia. Il bosco igrofilo è rappresentato soprattutto dai saliceti a salice bianco (*Salix alba*) con pioppi (*Populus spp.*) e rare formazioni ad olmo campestre (*Ulmus minor*). Il bosco mesofilo è in realtà assente, tuttavia, se ne osserva un potenziale sviluppo entro alcune boscaglie, dedotto dalla presenza di specie tipiche come la farnia (*Quercus robur*), il carpino bianco (*Carpinus betulus*), il ciliegio (*Prunus avium*) oltre che il biancospino (*Crataegus monagyna*), la fusaggine (*Euonymus europaeus*), il tamaro

(*Dioscorea communis*) e il luppolo (*Humulus lupulus*), tutte buone indicatrici di boschi in ricostruzione. Il bosco mesofilo è attualmente rappresentato, su entrambe le rive del Serio, solo da giovani impianti di riforestazione.

La boscaglia, infine, è l'altra tipologia di bosco diffusa sul territorio; il termine che già ne spiega in parte il significato, allude ad una vegetazione arborea poco estetica, senza un'organizzazione interna e dalla mediocre qualità dei costituenti, tutti aspetti che sottolineano un malessere evidentemente collegato all'intervento antropico.

Diversamente dai boschi precedentemente descritti, la boscaglia è pervasa da specie sinantropiche (in massima parte alloctone), rappresentate da piante molto competitive in ambienti disturbati e pertanto sempre presenti dove vive l'uomo; citiamo le boscaglie a dominanza di robinia (*Robinia pseudoacacia*), di ailanto (*Ailanthus altissima*) e di sambuco nero (*Sambucus nigra*) in cui spesso si trovano entità erbacee invasive come l'uva turca (*Phytolacca americana*), la vite nordamericana (*Vitis riparia*) e il sicio (*Sicyos angulatus*).

## Peculiarità floristiche dei boschi del Parco

I boschi e le boscaglie del territorio, nonostante l'intensa attività antropica passata e presente, racchiudono ancora notevoli valenze naturalistiche, presentando tutti gli elementi per un loro recupero verso una maggiore naturalità o nella direzione della loro potenzialità. In particolare, riferendoci alla componente erbacea, si trovano specie ben adattate alla vita nel bosco e al suo microclima caratterizzato da una luce di intensità ridotta, in relazione alla struttura dello stesso, qualitativamente diversa poiché in parte assorbita dalle foglie, e da una ridotta escursione termica giornaliera (la temperatura è tendenzialmente più bassa nelle ore calde e più alta nelle ore notturne). Si parla delle cosiddette specie "nemorali" che si distinguono in: sciafile (amanti dell'ombra) ossia in grado di fotosintetizzare anche con bassa intensità luminosa, ed eliofile (amanti del sole), ossia adattate a svolgere buona parte del loro ciclo vegetativo prima della fogliazione arborea (ad inizio primavera). Tra le specie nemorali nel Parco troviamo: la felce maschio (*Dryopteris filix-mas*), il paléo silvestre (*Brachypodium sylvaticum*), la scrofularia nodosa (*Scrophularia nodosa*), l'erba maga comune (*Circaea lutetiana*), la cariofillata comune (*Geum urbanum*), il tamaro (*Dioscorea communis*), l'alliaria (*Alliaria petiolata*); ed ancora, la pervinca (*Vinca minor*), il campanellino (*Leucojum vernum*), l'aglio orsino (*Allium ursinum*), il sigillo di Salomone (*Polygonatum multiflorum*), l'anemone dei boschi (*Anemonoides nemorosa*), la polmonaria maggiore (*Pulmonaria officinalis*), il ranuncolo fagavello (*Ranunculus ficaria*), la falsa ortica maggiore (*Lamium orvala*) e l'orchidacea listera maggiore (*Listera ovata*). Tutte queste erbe, oltre a rendere il bosco esteticamente più bello e colorato, sono anche di elevato pregio bio-ecologico e quindi di interesse conservazionistico per il Parco.

Nei saliceti del territorio, più o meno invecchiati, è abbondante e costante la presenza di specie come l'ortica (*Urtica dioica*), l'attaccaveste (*Galium aparine*) e la vetriola comune (*Parietaria officinalis*) non propriamente legate al bosco in senso stretto, ma più che altro al suolo eutrofico e al degrado e/o disturbo di queste formazioni arboree anche conseguente al dinamismo fluviale.



## Il Bosco per il Parco

Aumentare la superficie occupata dal bosco per il Parco è diventato un obiettivo di primaria importanza non solo per il valore “paesaggistico” e “naturalistico” dello stesso, che va tutelato e preservato, ma anche per la sua funzione “turistico-ricreativa” e di “protezione” contro l’erosione del suolo, il vento e per la regimazione delle acque (superficiali o di falda).

Un’altra funzione del bosco è quella “produttiva”; nel territorio sono presenti, infatti, diversi impianti arborei di pioppi ibridi (*Populus xcanadensis*), realizzati non solo per produrre legna, ma anche per svolgere attività faunistico-venatorie, quest’ultime in grado di muovere interessi economici rilevanti. Il bosco quindi è un elemento chiave per poter attuare lo “sviluppo sostenibile” del territorio, per cui il Parco si dovrebbe automantenere nel tempo, creando una sorta di equilibrio tra l’utilizzo delle sue risorse naturali (attività produttiva, turistico-ricreativa ecc.), l’ambiente e gli interessi economici; il tutto per il benessere della popolazione e soprattutto delle generazioni future. Il bosco ha anche una funzione “sanitaria” e “sociale”, sia permettendo il recupero psico-fisico di persone provate da un eccessivo tenore di vita lontano dai ritmi naturali, sia riducendo o assorbendo inquinanti acustici o chimici.

Ricordiamo, infine, che a livello planetario le foreste nel loro complesso influenzano il bilancio energetico globale della Terra e di conseguenza esercitano anche un’influenza diretta e regolatrice sul clima.

# La fauna dei boschi e delle boscaglie

I lembi boscati del Parco del Serio, sebbene di estensione spesso limitata, con popolamenti giovani e presenza di specie esotiche, rappresentano un luogo elettivo per un'interessante fauna.

I saliceti presenti lungo il corso del Serio ospitano l'usignolo di fiume (*Cettia cetti*) con il suo intenso canto gorgheggiante e il piccolo pendolino (*Remiz pendulinus*) del quale si possono osservare, appesi sui rami, i nidi "a fiaschetta" con l'apertura rivolta verso il basso, realizzati utilizzando materiali cotonosi ricavati dalle tife e dai frutti dei salici.

I lembi boscati di dimensioni maggiori come quelli presenti nella Riserva Naturale della Palata Menasciutto ospitano anche uccelli tipicamente forestali come il picchio verde (*Picus viridis*) e il picchio rosso maggiore (*Dendrocopos major*) e il torcicollo (*Jynx torquilla*) che sfruttano la presenza di alberi maturi o morti per alimentarsi, con le loro lunghe lingue, degli insetti presenti al di sotto della corteccia e per scavare i propri nidi nel tronco. I silvidi più comuni nei boschi del parco sono la capinera (*Sylvia atricapilla*), l'usignolo (*Luscinia megarhynchos*) e d'inverno il lui piccolo e il pettirosso, anche i rapaci sono presenti con l'allocco (*Strix aluco*), la civetta (*Athene noctua*), il gufo comune (*Asio otus*) e a volte l'assiolo (*Otus scops*) e sfruttano la presenza nei boschi dei micromammiferi insettivori e roditori.

I mammiferi sono presenti con la faina (*Martes foina*), la volpe (*Vulpes vulpes*) e il tasso (*Meles meles*) che con i forti unghioni di cui dispone scava veri e propri sistemi di tane con cunicoli e camere, che possono essere utilizzate per diverse generazioni, soprattutto in corrispondenza delle scarpate morfologiche.

Anche gli anfibi sono presenti con l'endemica rana di Lataste (*Rana latastei*) che abita i boschi in tutto il corso dell'anno e necessita di zone umide solo nel periodo riproduttivo.

Fig. 2 - Saliceto di Castel Gabbiano





*Aegopodium podagraria* L.

Podagraria, Girardina silvestre (Ground-elder) Fam. Apiaceae



Gen Feb Mar Apr **Mag** Giu Lug Ago Set Ott Nov Dic

Caratteri distintivi - habitus: erba perenne alta 40-80 cm, con odore di finocchio e prezzemolo (**odorare!**). Rizoma obliquo, nodoso, bruno e a polpa bianca; fusto eretto, cavo, pubescente e angoloso; fiori: bianchi o rosei, perlopiù ermafroditi, su peduncoli di 8-10 cm in 1 o poche ombrelle terminali di 15-20 raggi; ombrellette a 10-20 raggi lunghi 6 mm alla fruttificazione. Petali 5, distesi, obovati e smarginati; stili 2, bianchi e bifidi; stimma capitato; foglie: le basali 2 volte trifogliate a contorno triangolare, margine con denti aristulati, portate da un picciolo scanalato di 2-3 dm; le cauline ternate con lobi ristretti, sessili e con breve guaina; frutti: diacheni minuti (3 mm), oblungi-ovoidi, costolati e glabri.

Area di distribuzione: aree fredde e temperato fredde dell'Europa e dell'Asia (eurosiberiana). In Italia è comune al Nord, al Centro fino alla Campania.

Frequenza nel Parco: rara.

Periodo di fioritura: da marzo ad ottobre.

Habitat: boschi di latifoglie lungo i fiumi, forre, 0-1800 m s.l.m.

Dove vive: predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, ricchi di nutrienti e in humus, a tessitura fine e ± areati. Ama l'ombra e ambienti freschi o ± freddi, a clima tendenzialmente continentale.

Uso e Curiosità: il nome del genere (*Aegopodium*) deriva dal greco e significa "piede di capra", in riferimento alla forma delle foglie; il nome specifico (*podagraria*) deriva dal latino "podagra" (gota), alludendo all'uso passato della pianta nella cura della podagra (gota). La podagraria ha proprietà depurative, antinfiammatorie, vulnerarie, stimolanti, diuretiche, sedative ed antireumatiche. I getti giovani e le foglie tenere possono essere consumati in insalata o bolliti.



## *Alliaria petiolata* (M.Bieb.) Cavara & Grande

Alliaria (Garlic Mustard)

Fam. Brassicaceae



Gen Feb Mar Apr **Mag** **Giu** **Lug** Ago Set Ott Nov Dic

FIORI BIANCHI



**Caratteri distintivi - habitus:** erba bienne di 30-80 cm, con odore e sapore d'aglio (**strappare una foglia e odorare o assaggiare!**), fusto eretto, rigido, cilindrico, pubescente soprattutto alla base e ramoso in alto; **fiori:** bianchi ( $\varnothing$  5-8 mm), in racemo terminale corimbroso allungato alla fruttescenza (5-30 cm). Sepali verdastri, petali 4, stami 6 molto corti; **foglie:** alterne, intere, rugose, con forte odore d'aglio; le superiori rombiche, le inferiori cordato-reniformi, caduche alla fioritura, sommariamente crenate e su piccioli di 1-3 cm; **frutti:** siliquie tetragonali eretto-patenti, lunghe 5-6 cm con stilo di 1,5 mm su peduncoli lunghi 4-5 mm, ingrossati, contenenti piccoli semi grigi.

**Area di distribuzione:** continente eurasiatico e N-Africa (paleotemperata). In Italia è comune al Nord e sui rilievi della penisola; è rara sulle coste ed in Sicilia, è assente in Sardegna.

**Frequenza nel Parco:** comunissima.

**Habitat:** radure boschive, siepi, parchi, campi ombreggiati, presso case ed immondezzai, 0-1700 m s.l.m.

**Dove vive:** predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, molto ricchi in nutrienti, con un medio tenore in humus, a tessitura fine e  $\pm$  areati. Ama l'ombra e le zone collinose a clima relativamente continentale.

**Uso e Curiosità:** il nome del genere (*Alliaria*) deriva da "*allium*" (aglio), per l'odore agliaceo delle foglie stropicciate; il nome specifico (*petiolata*), richiama il lungo picciolo delle foglie. La specie è utilizzata come espettorante, antiscorbuto, revulsivo, cicatrizzante, diuretico e vermifugo. Il succo è posto su piaghe di difficile guarigione, ferite infette, ragadi e geloni ulcerati, mentre i semi stimolano l'appetito. In cucina, le foglie e i fiori sono usati in sostituzione all'aglio per preparare insalate, farciture di arrostiti, piadine, torte rustiche e cotti in padella; dai semi, invece, si ricava un olio con sapore simile alla senape. L'alliaria è utilizzata anche per produrre coloranti.



Gen Feb Mar Apr **Mag** **Giu** Lug Ago Set Ott Nov Dic

**Caratteri distintivi - habitus:** Erba perenne dal caratteristico odore (**strofinare le foglie tra le dita e odorare!**), alta 20-40 cm, con scapo eretto, semicilindrico, con 2(3) angoli ottusi, e bulbo sottile con tuniche intere biancastre; **fiori:** bianchi, 6-20, riuniti in infiorescenza ombrelliforme subsferica, racchiusa, prima dell'antesi, da una spatula breve. Perigonio formato da 6 tepali lanceolati, più lunghi degli stami; **foglie:** ovato-lanceolate o lanceolate (lunghe 16-25 cm e larghe 3-6 cm), generalmente 2 (raramente 1), basali, con piccolo alato allungato (5-15 cm); **frutti:** capsule loculicide trilocolate, contenenti semi subglobosi neri.

**Area di distribuzione:** continente eurasiatico limitatamente alle regioni con clima temperato (eurasiatica temperata). È diffusa in tutte le regioni d'Italia, tranne che in Sardegna.

**Frequenza nel Parco:** rara.

**Habitat:** boschi di latifoglie e margini freschi di bosco, siepi e vallecicole umide, 0-800 m s.l.m.

**Dove vive:** Predilige suoli ben provvisti d'acqua, neutro-basifili o blandamente basici, ricchi di nutrienti e in humus, argillosi. Ama le stazioni ombrose, fresche, a clima suboceanico.

**Uso e Curiosità:** il nome del genere (*Allium*) sembra derivare dalla parola celtica "all" (caldo, bruciante, acre), in riferimento al sapore dell'aglio. Il nome specifico "ursinum" (degli orsi) probabilmente si riferisce agli ambienti boschivi frequentati dagli orsi. Questi ultimi, infatti, in base ad alcune credenze popolari, appena svegliati dal letargo invernale sarebbero ghiotti dell'aglio orsino col quale depurano l'organismo rimasto a lungo fermo. Le foglie sono commestibili e si usano, ad esempio, per preparare frittate, minestrone e ripieni per ravioli. Attenzione però a non confonderle, nei getti giovani, con le foglie del mugheretto che sono molto tossiche (si consiglia di strofinare o spezzare le foglie e accertarsi del caratteristico odore d'aglio) (!). La pianta ha proprietà antielmintiche, diuretiche, antisettiche, stimolanti gastriche e depurative disintossicanti del sangue. Le foglie fresche sulla pelle hanno proprietà rubefacenti. L'aglio dei boschi è apprezzato anche in campo ornamentale, soprattutto per le varietà a fiori colorati.

2 ●  
●  
●

## *Anemonoides nemorosa* (L.) Holub

Sinonimo: *Anemone nemorosa* L.

Anemone dei boschi, Anemone bianca, Silvia (Wood Anemone)

Fam. Ranunculaceae



Gen Feb Mar Apr Mag Giu Lug Ago Set Ott Nov Dic

FIORI BIANCHI



**Caratteri distintivi - habitus:** erba perenne di 10-25 cm, con profondo rizoma orizzontale giallo-brunastro e fusto eretto, esile ed arrossato alla base; **fiori:** bianchi, con strie violette di sotto, ermafroditi, solitari all'apice dello scapo su un peduncolo di 2-3 cm; **foglie:** le radicali divise in 3 segmenti lanceolati o ellittici irregolarmente lobati o divisi, con peli marginali e picciolo eretto; le cauline, verticillate a 3 e divise in 3-5 segmenti irregolarmente lobati o partiti, villosi per peli argentei, con picciolo ridotto; **frutto:** poliachenio ± sferico con acheni ovato-globosi e bruscamente ristretti in un becco ± arcuato.

**Area di distribuzione:** circumboreale. In Italia è comune soprattutto lungo l'arco alpino e buona parte della dorsale appenninica; è da confermare in Calabria, Sicilia e Sardegna.

**Frequenza nel Parco:** rara.

**Habitat:** boschi di latifoglie caducifoglie mesofile (soprattutto querceti e faggete), 0-1500 m s.l.m.

**Dove vive:** predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, provvisti di nutrienti, ricchi di humus, a tessitura fine e ± areati. Ama le stazioni ombrose, fresche a clima suboceanico.

**Uso e Curiosità:** il nome generico (*Anemonoides*), deriva dal greco "anemos" (vento, soffio vitale), richiamando la facilità con cui i fiori si agitano alla minima brezza e la loro caducità. Il nome specifico (*nemorosa*) deriva dal latino "nemoris" (del bosco) e ne indica l'habitat. L'anemone è simbolo dell'abbandono e della brevità delle gioie dell'amore e secondo la mitologia greca nacque proprio dalle lacrime di Venere che vagava per i boschi piangendo per la morte di Adone. La pianta era usata come revulsiva, emmenagoga e contro i dolori articolari e l'emigrania; oggi tale uso è stato abbandonato per l'elevato contenuto nella pianta di un alcaloide velenoso (la protoanemonina) che le conferisce, da fresca, un elevato potere vescicante. L'anemone dei boschi non è commestibile a causa della presenza di saponine che la rendono tossica (!).



## *Cardamine impatiens* L.

Billeri comune (Narrowleaf Bittercress)

Fam. Brassicaceae



Gen Feb Mar **Apr** Mag Giu Lug Ago Set Ott Nov Dic

**Caratteri distintivi** - habitus: erba annuale di 10-50 cm, con fusti ascendenti, glabri ed angolosi; fiori: bianchi, piccoli (2-3 mm); petali 4, sepali 4, alternati ai petali; stami 6, di cui 4 lunghi e 2 corti; foglie: numerose, imparipennate, a contorno lanceolato, lunghe 9 cm; le inferiori con segmenti ovati (7 x 8 mm), le superiori con segmenti lanceolati (6 x 15 mm) e due orecchiette lineari avvolgenti il fusto (1 x 6 mm); frutti: silique eretto-patenti su peduncoli di 7 mm.

**Area di distribuzione:** specie distribuita nelle zone temperate dell'Europa e dell'Asia (eurasiatica). In Italia è comune al Nord e in tutta la penisola, soprattutto sulle montagne; mentre è assente in Sicilia e Sardegna.

**Frequenza nel Parco:** rara.

**Habitat:** radure di boschi di latifoglie, forre umide, ma anche su muri e ruderi, 400-1300 (raramente 0-1600) m s.l.m.

**Dove vive:** su suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, ricchi in nutrienti e in humus, a tessitura fine e ± areati. Ama luoghi ± luminosi, freschi a clima continentale.

**Uso e Curiosità:** il nome del genere (*Cardamine*) deriva dal greco "kardamon", nome dato da Dioscoride al crescione; il nome specifico (*impatiens*) deriva dal latino e significa "impaziente" o "che mal sopporta", in riferimento all'esplosivo rilascio dei semi. Nella medicina popolare il billeri comune, come per alcune sue congeneri (*C. pratensis*), sembra avere un'azione antiscorbuto, depurativa del sangue e digestiva.



## *Clematis recta* L.

Clematide eretta, Vitalbino (Ground Virginsbower)

Fam. Ranunculaceae

FIORI BIANCHI



Gen Feb Mar Apr **Mag** **Giu** Lug Ago Set Ott Nov Dic

**Caratteri distintivi - habitus:** erba perenne di 50-150 cm, con fusti eretti o ascendenti, robusti, cilindrici, cavi (**schiacciare con le dita!**) e finemente pubescenti; **fiori:** bianco-latte, leggermente profumati, su peduncoli di 2-3 cm in pannocchie terminali. Perianzio di 4 sepalii petaloidei, acuti e lanceolati (3,5 x 10 mm), trinervi; antere di 2,5-4 mm; **foglie:** divise in 5-7(-9) segmenti interi, pennati, triangolari-ovati di 3-4 x 6-9 cm, glauche (soprattutto di sotto), glabre, opposte; **frutti:** aggregati di acheni fusiformi sormontati da un'appendice piumosa.

**Area di distribuzione:** aree fredde e temperato fredde dell'Europa e dell'Asia (eurosiberiana-steppe). In Italia è comune nel Nord-Est dal Carso Triestino alle Prealpi Lombarde, è rara nelle Prealpi Piemontesi e nella penisola fino al Gargano e al Pollino; manca o è da riconfermare in Liguria, Toscana, Molise, Campania, Calabria, Sicilia e Sardegna.

**Frequenza nel Parco:** rara.

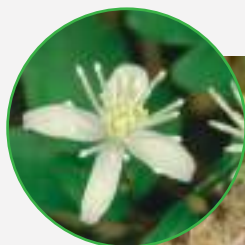
**Habitat:** cespuglieti e boschi termofili di roverella, dirupi secchi, sassosi e cespugliosi, boschi misti, 0-800 m s.l.m.

**Dove vive:** Predilige suoli aridi, alcalini, poveri di nutrienti, con un medio tenore in humus e argillosi. Ama le stazioni ± luminose, e le zone fresche a clima tendenzialmente continentale.

**Uso e Curiosità:** il nome del genere (*Clematis*) deriva dal greco "klema" (viticcio, pianta volubile, legno flessibile), in riferimento a una pianta rampicante; il nome specifico (*recta*) indica il portamento della pianta. La linfa della pianta fresca era usata dai mendicanti per simulare malattie cutanee, in quanto in grado di stimolare le mucose e provocare bolle sulla pelle. La pianta è utilizzata in omeopatia in caso di eruzioni cutanee, dolori reumatici e nevralgie, tuttavia, se ne sconsiglia l'uso in quanto velenosa (!). La clematide eretta è apprezzata a scopo ornamentale.

FIORI BIANCHI

*Clematis vitalba* L.  
 Clematide vitalba (Traveller's Joy)  
 Fam. Ranunculaceae



Gen Feb Mar Apr **Mag** Giu Lug Ago Set Ott Nov Dic

Caratteri distintivi - **habitus**: pianta lianosa perenne di 2-15 m, con fusti rampicanti, volubili, fascicolati e rami giovani erbacei ed angolosi; **fiore**: bianco-avorio, profumati (**odorare!**), in pannocchie multiflore laterali e terminali, lungamente peduncolate. Perianzio (Ø 2,5 cm) con 4-5 sepal petaloidei, pubescenti su entrambe i lati, ellittici; **foglie**: opposte ed imparipennate a 3-5 segmenti lanceolati o ovali, interi o dentellati, su peduncoli patenti e ingrossati alla base; **frutti**: aggregati di piccoli acheni fusiformi (2 x 3 mm) con resta argentea, piumosa, lunga 2-3 cm (**in inverno, nei boschi, questi aggregati simili a "gomitoli" di filamenti argentati, sono facilmente riconoscibili!**).

**Area di distribuzione**: continentale eurasiatico, con areale centrato sul sistema montuoso del Caucaso (europeo-caucasica). In Italia è comune in tutto il territorio, al Sud perlopiù su rilievi e in stazioni umide.

**Frequenza nel Parco**: comunissima.

**Habitat**: boschi caducifogli submediterranei, boschi umidi, siepi, 0-1300 m s.l.m.

**Dove vive**: predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, alcalini, moderatamente poveri di nutrienti, con un medio tenore in humus, a tessitura fine e ± areati. Ama le stazioni ± luminose, e le zone fresche o ± fredde, a clima suboceanico.

**Uso e Curiosità**: il nome del genere (*Clematis*) deriva dal greco "*klema*" (pianta volubile, legno flessibile), in riferimento ad una pianta rampicante. L'epiteto specifico (*vitalba*) deriva dal latino "*vitis-alba*" (vite bianca) alludendo al portamento della pianta, simile a quello della vite oppure alle infiorescenze biancastre, o all'infruttescenza piumosa argentea. La vitalba è il fiore di Bach che allevia i disturbi emotivi, indica intelligenza limpida e onesta, ed è considerata il fiore dei sognatori, degli artisti, dei creativi e degli scrittori. In passato le foglie e i getti giovani erano usati contro artriti, sciatiche, gotta e come diuretici, purganti e analgesici. Plinio e Dioscoride la usavano per curare la scabbia. Nei paesi anglosassoni i fusti secchi e porosi si fumavano come sigari, da qui il nome *smoking cane* (canna da fumare) o *shepherd's delight* (delizia dei pastori). La specie era conosciuta anche come *viburno dei poveri*, perché i suoi tralci si usavano per fare cesti, gerle o legare le fascine della legna. La clematide vitalba contiene saponine e alcaloidi che la rendono rubefacente e vescicatoria (!), per questo il suo impiego terapeutico è stato abbandonato.



## *Convolvulus sepium* L.

Sinonimo: *Calystegia sepium* (L.) R.Br.  
Vilucchio bianco (Hedge Bindweed)  
Fam. Convolvulaceae



Gen Feb Mar Apr **Mag** Giu Lug Ago Set Ott Nov Dic

FIORI BIANCHI



**Caratteri distintivi - habitus:** erba perenne rampicante di 30-150 cm, rizomatosa e con fusto volubile, glabro e avvolgente verso destra; **fiori:** bianco-candidi, raramente rosei, solitari all'ascella delle foglie mediane su un peduncolo alato di 4-8 cm. Corolla imbutoforme (lunga 3-7 cm, Ø 4 cm); calice con 5 lobi, spesso screziato di rosso, parzialmente ricoperto da 2 grandi brattee fogliacee cuoriformi; stami di circa 17-23 mm, antere di 4-6 mm; **foglie:** sagittate lunghe 6-9 cm, ondulate sul bordo, con insenatura basale profonda 1/6(1/3) della lamina ed apice acuto, alterne su picciolo di 1-3 cm; **frutto:** capsula globosa contenente 2-4 semi tondi e neri.

**Area di distribuzione:** continente eurasiatico, in tutta la pianura europea, fino oltre gli Urali in Siberia e l'Estremo Oriente, ma anche N-Africa (paleotemperata). In Italia è comune su tutto il territorio, tranne al Sud e nelle isole dove è rara.

**Frequenza nel Parco:** comunissima.

**Habitat:** boschi umidi, argini, canneti, prati umidi, siepi, incolti, aree antropizzate, 0-1400 m s.l.m.

**Dove vive:** Predilige suoli umidi, talora intrisi d'acqua, alcalini, ricchi di nutrienti, con un medio tenore in humus, e argillosi. Ama le stazioni ± luminose, fresche, a clima suboceánico. **Uso e Curiosità:** *Convolvulus* deriva dal latino "*convolvere*" (avvolgere) in riferimento al portamento delle piante; il nome specifico (*sepium*) deriva dal latino e significa "siepe", alludendo al suo habitat prediletto. Il vilucchio ha proprietà colagoghe, purganti, lenitive, febbrifughe e diuretiche. I fiori di questa specie si chiudono quando piove o con il cielo coperto, ma restano spesso aperti di notte permettendo l'impollinazione da parte di grandi falene e insetti notturni.



6 ●  
●  
●

## *Fragaria vesca* L.

Fragolina di bosco (Woodland Strawberry)

Fam. Rosaceae

FIORI BIANCHI



Gen	Feb	Mar	Apr	Mag	Giu	Lug	Ago	Set	Ott	Nov	Dic
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

**Caratteri distintivi - habitus:** erba perenne di 5-15 cm, rizomatosa e con lunghi stoloni aerei radicanti ai nodi a formare nuove piante (**osservare!**); scapo fiorifero eretto, breve (2-4 cm), e con peli patenti; **fiori:** bianchi, eretti (ripiegati alla fruttescenza) su scapo 1-3 floro. Petali 5, eretto-patenti; sepal triangolari e lacinie dell'epicalice lineari e persistenti nel frutto; **foglie:** erette, divise in 3 segmenti ellittici (di cui il centrale sessile), con 8-11 denti per lato, a base acuta ed apice arrotondato, con pagina inferiore biancastra e sparsamente pubescente, soprattutto sui nervi, in rosetta su piccioli di 5-10 cm con densi peli eretto-patenti; **frutti:** piccoli acheni neri posti sulla superficie di un falso frutto rosso, ovale o sferico di 5-20 mm e molto gustoso; la cosiddetta "fragola" (**assaggiare!**).

**Area di distribuzione:** in ogni continente (cosmopolita). In Italia è comune su tutto il territorio, generalmente sui rilievi.

**Frequenza nel Parco:** rara.

**Habitat:** radure e margini di boschi, 200-1900 (raramente 200-2400) m s.l.m.

**Dove vive:** predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, con un medio tenore di nutrienti e in humus, a tessitura fine e ± areati. Ama le stazioni ± luminose, fresche, a clima continentale.

**Uso e Curiosità:** *Fragaria* deriva dal latino "*fragrans*" (fragrante) per il profumo dei fiori; l'epiteto specifico (*vesca*) deriva dal latino "*vescus*" (tenero) in riferimento alla tenerezza del frutto. Secondo Bach, la fragola sarebbe utile a rafforzare il senso di dignità e per affermare il proprio io, mentre nel linguaggio dei fiori rappresenta l'amore e la stima. Nel Medioevo venivano create cinture con le sue foglie intrecciate come rimedio ai morsi dei serpenti. La fragolina di bosco è usata come astringente intestinale, antinfiammatorio, ipotensivo, diuretico, antigottoso, rinfrescante, contro l'arrossamento della pelle e gli eritemi causati da un'eccessiva esposizione solare, e per prevenire la formazione delle rughe e rendere la pelle elastica e vellutata. Le fragole sono coltivate e largamente usate in cucina sin da tempi antichi.



Gen	Feb	Mar	Apr	Mag	Giu	Lug	Ago	Set	Ott	Nov	Dic
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

**Caratteri distintivi - habitus:** erba perenne, alta 10-30 cm, con radici fascicolate, bulbo ovoidale con tuniche scure e fusto eretto, striato; **fiore:** un solo fiore bianco, generalmente nutante, con peduncolo di 15-30 mm avvolto da una spathe (25-40 cm.). Tepali esterni (3), liberi, patenti a stella; gli interni (3), embriciati (simil campanulati), bilobati, eretti, più corti (1 cm di lunghezza) degli esterni, macchiati di verde e/o giallastro sulla pagina interna, e con caratteristica V rovesciata, verde, sull'apice della pagina esterna (**osservare!**); **foglie:** quelle inferiori ridotte ad una guaina tubulosa ialina, le altre lineari-nastriformi (lunghe 6-18 cm) e arrotondate all'apice; **frutti:** capsula loculicida di 6-15 mm, carnosa, ovoidale o subglobosa.

**Area di distribuzione:** specie ad areale europeo-caucasico. In Italia è comune in quasi tutto il territorio, soprattutto sui rilievi, mentre manca in Valle d'Aosta, Calabria e Sardegna.

**Frequenza nel Parco:** rara.

**Habitat:** boschi misti, umidi e freschi, 0-1200 m s.l.m.

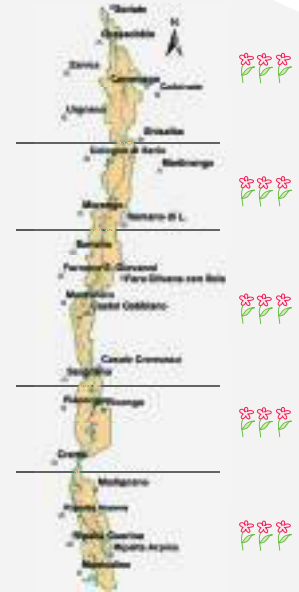
**Dove vive:** predilige suoli freschi, a tessitura fine, più o meno areati, tendenzialmente umidi, neutri, debolmente acidi o moderatamente alcalini, ricchi di nutrienti e con medio tenore in humus. Ama le stazioni più o meno luminose, fresche, a clima suboceanico.

**Uso e Curiosità:** il nome del genere (*Galanthus*) deriva dal greco "gala" (latte) e "anthos" (fiore), in riferimento al fiore bianco come il latte; il nome specifico "nivalis" deriva dal latino "nix, nivis" (neve), perché cresce spesso in mezzo alla neve. Il bucaneve fiorendo a fine inverno rappresenta un'importante fonte precoce di nettare e polline per api e bombi. I semi della pianta sono provvisti di eliosoma di cui sono ghiotte le formiche, che fungono inconsapevolmente da agenti di disseminazione. *Galanthus nivalis* è il fiore di primavera o bulbosa più conosciuta a scopo ornamentale in tutto il mondo. La pianta è ricca di alcaloidi ed è quindi tossica (!). Durante la Seconda Guerra Mondiale si sono verificati casi di avvelenamenti per ingerimento di bulbi usati come cibo di emergenza; tuttavia, devono essere ingeriti grandi quantità di bulbi per produrre delle reazioni tossiche, quali diarrea, nausea e vomito. Il più importante alcaloide del bucaneve è la galantamina che è un veleno forte che, opportunamente trattato, viene usato in medicina per alleviare lesioni traumatiche del sistema nervoso (morbo di Alzheimer). La pianta ha anche proprietà emmenagoghe.



*Galium aparine* L.  
Attaccaveste (Goosegrass)  
Fam. Rubiaceae

FIORI BIANCHI



Gen Feb **Mar** Apr Mag Giu Lug Ago **Set** Ott Nov Dic

Caratteri distintivi - **habitus**: erba annuale di 50-120 (-180) cm, con fusti angolosi, scandenti, robusti, tenaci e irti di aculei tanto da attaccarsi a qualsiasi cosa (**provare!**); **fiori**: bianchi, su peduncoli ± divaricati, in infiorescenza ovoide o cilindrica. Corolla a 4 lobi (Ø 1,5-1,7 mm); **foglie**: verticillate a 6-9, oblanceolate (lunghe 30-50 mm), ottuse all'apice, spinulose sul bordo e sul nervo centrale, appiccicose sulla pagina inferiore poiché erte di minuscoli ganci (**tatto!**); **frutto**: mericarpi sferici di 3-5 mm, ispidi per densi peli uncinati che aderendo a vesti ed animali (**osservare!**) ne favoriscono la disseminazione.

**Area di distribuzione**: dall'Europa al Giappone (eurasiatica). In Italia è comunissima in tutto il territorio.

**Frequenza nel Parco**: comunissima.

**Habitat**: incolti, aree antropizzate, argini di fiumi, siepi, boscaglie, 0-1700 m s.l.m.

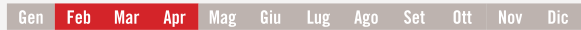
**Dove vive**: predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, molto ricchi di nutrienti, con un medio tenore in humus a tessitura fine e ± areati. Ama le stazioni ± luminose, e le zone collinose a clima continentale.

**Uso e Curiosità**: il nome del genere (*Galium*) deriva dal greco "gala" (latte), perché alcune specie erano usate come caglio; il nome specifico (*aparine*) deriva dal greco "aparein" (agganciar-si), in riferimento, come i molti nomi volgari attribuiti alla specie, alla capacità della pianta di attaccarsi ad ogni cosa. I Penobscot, indiani d'America un tempo stanziati nell'attuale New England, curavano la gonorrea con un decotto nel quale uno degli ingredienti era l'attaccaveste. L'erba è leggermente lassativa, depurativa, diuretica, antinfiammatoria, astringente e tonica. La pianta intera, in Cina, è consumata come verdura, mentre dai semi tostati si ricava un surrogato del caffè e un rinfrescante dal sapore amaro.

*Leucojum vernum* L.

Campanellino, Campanelle comuni (Spring Snowflake)

Fam. Amaryllidaceae



Caratteri distintivi - **habitus**: erba perenne di 20-30 cm, con scapo spugnoso, compresso-bitagliante e bulbo quasi sferico (Ø 2-3 cm), avvolto da tuniche biancastre; **fiori**: bianchi macchiati di verde all'apice (Ø 15 mm), campanulati (**osservare!**), di solito 1(2), pedunculati e penduli, avvolti alla base da una spatola membranosa; **foglie**: tutte basali, lineari-canalicolate, lucide, generalmente più brevi dello scapo; **frutto**: capsula carnosa e di colore verde.

**Area di distribuzione**: Europa Meridionale (S-europea). In Italia è presente ma rara al Nord e al Centro, manca al Sud.

**Frequenza nel Parco**: rarissima.

**Habitat**: boschi umidi, fossi e paludi, 0-1200 m s.l.m.

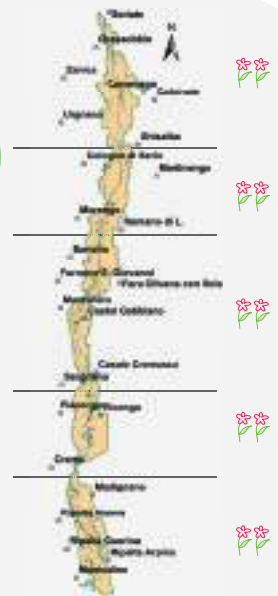
**Dove vive**: predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, ricchi di nutrienti, con un medio tenore in humus, argillosi e poco arenati. Ama le stazioni ± luminose, fresche a clima suboceanico.

**Uso e Curiosità**: *Leucojum* deriva dal greco "*leukòs*" (bianco), per il colore dei fiori; *vernum*, deriva dal latino e significa "primaverile". La pianta è tossica (!), le sue parti verdi e il bulbo contengono un alcaloide (la galanthamina) che può indurre avvelenamenti di una certa gravità, le cui manifestazioni estreme includono vomito, capogiri, brividi, eccessi di sudorazione fredda, turbe nello stato di coscienza. Il campanellino è visitato dalle api per il nettare ed è molto apprezzato in campo ornamentale.



7 ●  
●  
●

*Lonicera japonica* Thunb.  
Caprifoglio giapponese (Japanese Honeysuckle)  
Fam. Caprifoliaceae



Gen Feb Mar Apr **Mag** Giu Lug Ago **Set** Ott Nov Dic

Caratteri distintivi - **habitus**: liana perenne di 2-5 (fino a 8-10) m, rampicante e sempreverde; **fiori**: bianco-crema o arancioni (**osservare!**), dall'intenso profumo gradevole (**odorrare!**), appaiati all'ascella di 2 foglie ridotte. Corolla (3-5 cm) con labbro inferiore ripiegato; **foglie**: intere o talora partite soprattutto nei getti giovani, ovato-acute lunghe 3-9 cm, a base troncata o  $\pm$  cuoriforme, lanuginose; **frutti**: bacche nere, sferiche, saldate alla base a due a due.

Area di distribuzione: Asia orientale (Giappone e Cina). In Italia è comune e spontanea quasi ovunque, manca in Molise, Puglia, Basilicata, Sicilia e Sardegna.

Frequenza nel Parco: comune.

Habitat: boschi degradati, siepi e pergolati, 0-1000 m s.l.m.

Dove vive: suoli da moderatamente secchi a umidi tendenzialmente neutri, ricchi di nutrienti e in humus, a tessitura fine e  $\pm$  areati. Ama le stazioni  $\pm$  luminose, e le zone calde, a clima suboceanico.

Uso e Curiosità: il nome del genere (*Lonicera*) è stato dedicato da Linneo al botanico di Norimberga Adam Lonitzer (1528-1586); l'epiteto specifico (*japonica*) ne indica la provenienza. Il caprifoglio giapponese e le sue congeneri sono coltivate a scopo ornamentale. Le bacche e le foglie contengono saponine e quindi non sono commestibili (!). La specie in Lombardia è invasiva, poiché si inserisce prepotentemente nell'ambiente naturale andando a sostituire le specie autoctone: i suoi fusti possono formare intrecci così densi da ricoprire cespugli e alberi indigeni, soffocandoli.







## *Polygonatum multiflorum* (L.) All.

Sigillo di Salomone maggiore (Solomon's Seal)

Fam. Polygonataceae



Gen Feb Mar Apr **Mag** **Giu** **Lug** Ago Set Ott Nov Dic

Caratteri distintivi - habitus: erba perenne di 20-50 cm, glabra, con rizoma orizzontale, nodoso, carnoso, bianco, con caratteristici incavi a sigillo e intenso odore di sambuco (**odore!**). Fusto cilindrico, eretto nella parte inferiore, poi curvo e pendulo all'apice sino a quasi toccare il suolo; **fiore**: bianchi, ermafroditi, penduli su peduncoli di 10-15 mm in grappoli di 3-5 all'ascella delle foglie. Perigonio tubuloso di 15 mm, allargato all'apice ad imbuto con dentelli pubescenti; **foglie**: alterne, ellittiche o ovate, le superiori minori, tutte  $\pm$  erette, sessili o brevemente picciolate (talvolta avvolgenti il fusto), glauche di sotto; **frutto**: bacca sferica (8-12 mm) nero-bluastro.

Area di distribuzione: Europa-Asia. In Italia è comune sulle Alpi, nella penisola e in Sicilia.

Frequenza nel Parco: rara.

Habitat: boschi densi (querceti, faggete, raramente piceeti), 200-1800 m s.l.m.

Dove vive: predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, provvisti di nutrienti, ricchi di humus, a tessitura fine e  $\pm$  areati. Ama l'ombra, e le zone fresche o  $\pm$  fredde, a clima  $\pm$  continentale.

Uso e Curiosità: *Polygonatum* deriva dal greco "polys" (molto) e "góny" (giuntura del ginocchio) in riferimento ai numerosi nodi del rizoma; *multiflorum* deriva dal latino e richiama i molti fiori della pianta. Il rizoma ha proprietà astringenti, antinfiammatorie, decongestionanti, lenitive e tagliato a fette è utile anche per ammorbidire ed estirpare i calli. In cucina, il rizoma era usato dopo torrefazione per fare il pane durante le carestie, mentre i getti giovani della pianta possono essere consumati, previa bollitura, come asparagi. I fusti maturi e le bacche sono invece tossici (!). Grazie all'eleganza del portamento, *Polygonatum* è un genere molto apprezzato in campo ornamentale.





## *Silene latifolia* Poir. subsp. *alba* (Mill.) Greuter & Burdet

Sinonimo: *Silene alba* (Miller) Krause

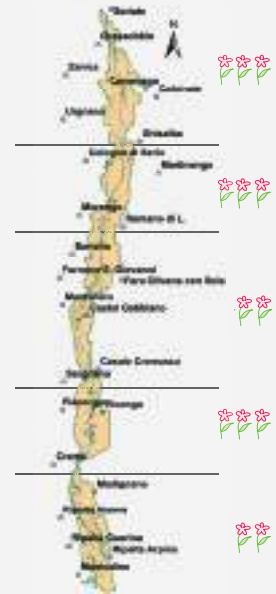
Silene bianca, orecchiella, boccon di pecora (White Campion)

Fam. Caryophyllaceae



Gen Feb Mar Apr **Mag** Giu Lug Ago **Set** Ott Nov Dic

FIORI BIANCHI



Caratteri distintivi - habitus: erba perenne o bienne di 30-70 cm, dioica, con fusto ascendente, ramificato, lungamente villosa e vischiosa superiormente (tatto!) per la presenza di peli ghiandolari; fiori: bianco-candidi, solitari, su peduncoli di 1-3 cm, patenti nel bocchio e poi eretti, che si aprono perlopiù verso sera (**osservare!**). Corolla di 5 petali, con lembo bilobo spatolato e unghia di 15-18 mm; calice piriforme, brunastro; foglie: opposte, lanceolate, lungamente villose, spesso accompagnate da un fascetto di foglie più piccole; frutto: capsula piriforme deiscende con denti eretti e contenenti molti semi.

Area di distribuzione: nelle regioni temperate del vecchio continente (Europa e Asia), ma anche in Nordafrica (paleotemperata). In Italia è presente e comune su tutto il territorio.

Frequenza nel Parco: comunissima.

Habitat: boscaglie, margini di bosco, robinieti, incolti e ruderi, 0-1300 (raramente 1900) m s.l.m.

Dove vive: predilige suoli aridi, tendenzialmente neutri, ricchi di nutrienti, con un medio tenore in humus, permeabili, sabbiosi e ben areati. Ama la luce e le stazioni fresche a clima relativamente continentale.

Uso e Curiosità: le giovani foglie della silene bianca, una volta bollite, possono essere consumate saltate in padella o in zuppe. L'intera pianta è utilizzata nella preparazione di un'antica zuppa, la minestrina, formata da numerose erbe e solitamente accompagnata da focaccine di granoturco. La specie è bottinata dalle api.

*Stellaria nemorum* L.  
Centocchio dei boschi (Wood Stitchwort)  
Fam. Caryophyllaceae



Caratteri distintivi - **habitus**: erba perenne di 30-60 cm, con fusti pelosi, prostrato-ascendenti, cilindrici e radicanti alla base; **fiori**: bianchi, ascellari, deflessi dopo l'antesi su peduncoli ghiandolosi di 2-3 cm. Petali bifidi, quasi completamente divisi (**osservare!**), lunghi 2 volte i sepal, che sono acuti e di 4-5 mm; stami 10; **foglie**: opposte, le basali e quelle dei getti sterili ovate (1 cm) e picciolate; le cauline, sessili, triangolari-ovate, intere ed acute; **frutto**: capsula piriforme lunga 8 mm.

**Area di distribuzione**: continente eurasiatico, con areale centrato sul sistema montuoso del Caucaso (europea-caucasica). In Italia è comune sulle Alpi, rara sugli Appennini e manca quasi completamente nella Pianura Padana.

**Frequenza nel Parco**: rara.

**Habitat**: boschi di montagna, boschi umidi, radure boschive, concimaie ed alneti, 1000-2100 (raramente scende fino a 100) m s.l.m.

**Dove vive**: ama i suoli umidi, acidi, ricchi di nutrienti e in humus, a tessitura fine e ± areati. Ama le stazioni ombrose, fresche, a clima suboceanico.

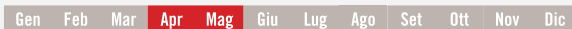
**Uso e Curiosità**: *Stellaria* deriva dal latino "stella" in riferimento alla forma del fiore; *nemorum*, indica invece il suo habitat prediletto: il bosco. La pianta, come la congenere *Stellaria media*, anch'essa presente nel Parco, era utilizzata nella medicina popolare contro le malattie polmonari. Oggi, la pianta fresca trova impiego per impacchi in caso di ferite o irritazioni cutanee. Il centocchio dei boschi è commestibile e consumato in insalate. Il centocchio comune (*Stellaria media*) è riconoscibile dal centocchio dei boschi, per i fusti glabri o con una linea di peli ad internodi alterni e per i petali più brevi o poco più lunghi dei sepal.



*Aristolochia clematitis* L.

Aristolochia clematite (Birthwort)

Fam. Aristolochiaceae



Caratteri distintivi - **habitus**: erba perenne di 30-70 cm, con rizoma strisciante, ramoso e fusto eretto, semplice o stratificato alla base; **fiore**: giallo-brunastri, in gruppi di 2-8 all'ascella delle foglie superiori. Perianzio (2 cm) a tubo ricurvo e ingrossato alla base (a forma di pipa); **foglie**: ovato-cordate (2-10 cm x 3-15 cm), ottuse all'apice, verde chiaro, dall'odore sgradevole (**odorare!**) con picciolo lungo 1/3-1/2 della lamina; **frutto**: capsula ovoidale, grossa (2-3 x 2-4 cm) e pendula.

**Area di distribuzione**: areale centrato sulle coste del Mediterraneo (submediterranea). In Italia è comune al Nord, mentre è rara al Centro, in Puglia e Sicilia; manca nel resto del territorio.

**Frequenza nel Parco**: rara.

**Habitat**: boschi di latifoglie, margini dei fossi, siepi e incolti, 0-1000 m s.l.m.

**Dove vive**: predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, alcalini, ricchi in nutrienti, con un medio tenore in humus, a tessitura fine e ± areati. Ama le stazioni ± luminose, delle zone calde a clima continentale.

**Uso e Curiosità**: *Aristolochia* deriva dal greco "áristos" (ottimo) e "lochèia" (parto), per la passata convinzione che la pianta fosse efficace per travagli e infezioni da parto; il nome specifico (*clematitis*) deriva dal greco "klematitis" (clematide), una pianta citata da Dioscoride e Apuleio. Nella medicina popolare era nota come purgativo, antiflogistico, immunostimolante, diuretico, astringente e vulnerario ed era usata per alleviare reumatismi, gotta, stati febbrili e morsi di rettili. Le specie del genere *Aristolochia* sono cancerogene, nefrotossiche, mutagene e possono provocare aborti, avvelenamenti, tachicardia, nausea, convulsioni, degenerazione del fegato e anche la morte per arresto respiratorio (!). L'uso della pianta è quindi molto pericoloso e peraltro vietato.



*Ficaria verna* Huds. subsp. *verna*

Sinonimo: *Ranunculus ficaria* L. subsp. *bulbifer* Lawalrée

Ranuncolo favagello (Lesser celandine)

Fam. Ranunculaceae



Gen Feb Mar Apr Mag Giu Lug Ago Set Ott Nov Dic

Caratteri distintivi - habitus: erba perenne alta 6-30 cm, glabra e lucida (**osservare!**), con radici tuberose, fusiformi, bianche e fusto cavo, prostrato-ascendente; **fiore**: gialli, solitari su lunghi peduncoli all'ascella delle foglie. Petali 6-8 (-12), ellittici; sepalii 3-4, bianco-verdastri, ovati, lunghi la metà dei petali; stami numerosi, antere gialle; **foglie**: cuoriformi, carnose (tatto!), lucide, con 5-9 nervi e margine crenato, riunite in rosetta basale su piccioli di 7-11 cm; le superiori palmato-angolose, più piccole delle basali, con piccioli più corti e con bulbilli biancastri all'ascella (**osservare attentamente!**); **frutti**: acheni ovoidali, pubescenti o irsuti (2,5 mm) con apice acuminato.

Area di distribuzione: specie distribuita nelle zone temperate dell'Europa e dell'Asia (eurasiatica). In Italia è presente nella Pianura Veneta e probabilmente altrove nella Pianura Padana e sulle Alpi.

Frequenza nel Parco: comunissima.

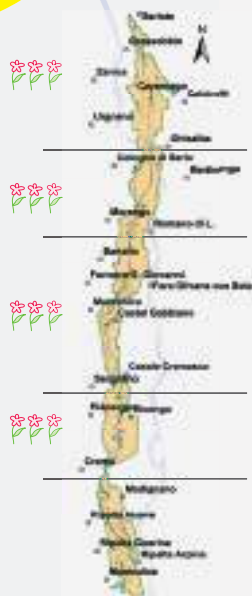
Habitat: boschi di latifoglie, siepi e luoghi umidi, 0-1300 m s.l.m.

Dove vive: suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, ricchi in nutrienti, con un medio tenore in humus, a tessitura fine e ± areati. Ama le stazioni ± luminose, fresche, a clima suboceanico.

Uso e Curiosità: *Ficaria* deriva dal latino "ficus" (fico) per la forma dei tuberi; l'epiteto specifico (*verna*) richiama la stagione di fioritura. Nel linguaggio dei fiori il ranuncolo è simbolo di bellezza malinconica. La specie ha proprietà rubefacenti, vescicatorie e revulsive così pronunciate, da provocare seri problemi al suo utilizzo (!). Nonostante ciò, la pianta è commestibile, ma solo se raccolta prima della fioritura; ossia prima della produzione di protoanemonina, sostanza velenosa per l'uomo. Le giovani foglie sono consumate cotte, da sole o con altre erbe, mentre i tuberi possono essere lessati e conditi con olio e sale. La specie può essere confusa con *Ficaria verna* Huds. subsp. *fertilis* (A.R.Clapham ex Laegaard) Galasso, Banfi & Soldano (= *Ranunculus ficaria* L. subsp. *ficaria*), diffusa e comunissima in tutto il territorio italiano e distinguibile per l'assenza dei bulbilli all'ascella delle foglie superiori.

FIORI GIALLI

*Geum urbanum* L.  
Cariofillata comune (Wood avens)  
Fam. Rosaceae



Gen Feb Mar Apr **Mag** Giu Lug Ago Set Ott Nov Dic

Caratteri distintivi - **habitus**: erba perenne di 30-60 cm, con rizoma corto, ruvido, duro e robusto, contornato da radichette bruno-chiare e fusto eretto, ramoso e con peli rigidi patenti in basso; **fiori**: giallo-oro, caduchi, profumati (**odorare!**), in infiorescenza apicale ramificata. Petali 5 (4-7 mm); sepalì 5, triangolari, gli interni lunghi quanto i petali; **foglie**: le basali irregolarmente pennate con segmenti ovali e dentati, dei quali il terminale più grande, portate da un breve picciolo; le cauline profondamente tripartite o completamente divise in 3 segmenti ovati o lanceolati (3-5 cm), sessili. Stipole larghe e subrotonde; **frutti**: acheni provvisti di numerosi peli patenti rosso-scuro e di un becco ricurvo ad uncino di 10 mm.

**Area di distribuzione**: zone fredde e temperato-fredde di Europa, Asia e Nord-America, intorno al Polo Nord (circumboreale). In Italia è comune in tutto il territorio.

**Frequenza nel Parco**: comunissima.

**Habitat**: boschi di latifoglie, terreni abbandonati, pareti, siepi ombrose, 0-1600 m s.l.m.

**Dove vive**: su suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, ricchi in nutrienti, con un medio tenore in humus, a tessitura fine e ± areati. Ama luoghi ± luminosi, freschi a clima continentale. Ama i luoghi ombrosi, le zone collinose e il clima continentale.

**Uso e Curiosità**: *Geum* deriva dal greco "*geno*" (che genera un piacevole profumo) in riferimento al gradevole odore di chiodo di garofano della radice; *urbanum* ne indica l'habitat. La specie ha proprietà digestive, astringenti, emmenagoghe, febbrifughe, cardiotoniche, antinevralgiche e stimola l'appetito e la digestione. Un consumo eccessivo può procurare disturbi a stomaco e intestino (!). In cucina le foglie tenere raccolte in primavera possono essere consumate in insalata con altre erbe o lessate, mentre la radice essiccata è usata per aromatizzare brodi, stufati, birra, vino e liquori.







## *Potentilla indica* (Andrews) Th. Wolf

Sinonimo: *Duchesnea indica* (Andrews) Focke

Fragola matta (Indian Strawberry)

Fam. Rosaceae



Gen Feb Mar Apr **Mag** **Giu** **Lug** Ago Set Ott Nov Dic

Caratteri distintivi - habitus: erba perenne alta 10-50 cm, con rizoma breve prolungato in stoloni aerei radicanti ai nodi; fiori: gialli, isolati, dialipetali, pentameri, di 8 mm. Lacinie dell'epicalice tridentate (**osservare attentamente!**); stami gialli numerosi; ovario semi-infero; foglie: formate da 3 segmenti ovali-lanceolati di 2-3 cm, brevemente picciolati, dentati sul margine, sparsamente pelosi, verdi e spesso soffuse di rosso; frutto: fragola subferica (diametro 1-2 cm), rosso intensa. In realtà la fragola è un "falso frutto", perché la parte rosso-carnea deriva dall'accrescimento del ricettacolo; i veri frutti sono i granellini (acheni), piccoli e rossi, che si osservano sulla superficie e che derivano dagli ovari dei molti pistilli portati dal ricettacolo.

Area di distribuzione: originaria dell'Asia meridionale e orientale, oggi è diffusa quasi in ogni continente (subcosmopolita). In Italia è comune nella Pianura Padana, mentre è rara sulle Alpi e nelle regioni del Centro; manca nel meridione e in Sicilia.

Frequenza nel Parco: rara.

Habitat: boscaglie umide, siepi, 0-800 m s.l.m.

Dove vive: predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, ricchi di nutrienti con un medio tenore in humus, a tessitura fine e ± areati. Ama le stazioni ± luminose, e le zone calde a clima suboceanico.

Uso e Curiosità: *Potentilla* è il diminutivo aggraziato del termine latino "*potens*" (potente), con allusione alle virtù medicinali che venivano attribuite ad alcune specie di questo genere; l'epiteto specifico *indica* deriva dal latino "*indicus*" (dell'India), alludendo alla provenienza della pianta. La fragola matta è una specie aliena invasiva, coltivata inizialmente all'Orto Botanico di Torino (dal 1816), da dove sfuggì, diffondendosi spontaneamente in molti luoghi del Piemonte e della Lombardia, fino alla distribuzione attuale. I frutti non sono commestibili e solo se mangiati in certa quantità possono provocare problemi gastrointestinali (!).

*Scrophularia nodosa* L.  
 Scrophularia nodosa (Knotted Figwort)  
 Fam. Scrophulariaceae



Caratteri distintivi - habitus: erba perenne alta 60-120 cm, glabra o con sparsi peli ghiandolari, fusto eretto, ramoso e quadrangolare; fiori: bruno-giallastri (5-8 mm) in pannocchia terminale. Corolla di 5-8 mm, calice con margine membranoso intero, subnullo o stretto 0,1-0,2 mm; foglie: ovali-acuminatae (4-6 x 9-12 cm), doppiamente seghettate, opposte, talora con due lacinie laterali molto brevi; le mediane con picciolo di 1 cm; frutto: capsula piriforme (5 x 6-7 mm) sormontata da stilo contorto persistente.

Area di distribuzione: zone fredde e temperato-fredde di Europa, Asia e Nord-America, intorno al Polo Nord (circumboreale). In Italia è comune su Alpi ed Appennini fino alla Basilicata, è rara in Pianura Padana, si trova anche sull'isola d'Elba ed ad Ischia.

Frequenza nel Parco: rara.

Habitat: boschi umidi, bordo di siepi, forre, rive, 0-1800 m s.l.m.

Dove vive: predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, ricchi di nutrienti, con un medio tenore in humus, a tessitura fine e ± areati. Ama l'ombra e le zone fresche o ± fredde a clima continentale.

Uso e Curiosità: *Scrophularia* deriva dal latino medioevale "*scrofulae*" (scrofolo), in quanto si credeva che la pianta fosse efficace contro la scrofolosi (forma di tubercolosi delle ghiandole linfatiche superficiali a decorso benigno). La pianta ha proprietà emetiche, purganti, cicatrizzanti e influisce sull'attività cardiaca, quindi, deve essere usata con cautela (!). La pianta è molto visitata dalle api e dai bombi che producono un miele di discreta rappresentatività.





*Symphytum tuberosum* L. subsp. *angustifolium* (A.Kern.) Nyman

Sinonimo: *Symphytum tuberosum* L. subsp. *nodosum* (Schur) Soó

Consolida a foglie strette (Tuberous Comfrey)

Fam. Boraginaceae



Gen Feb **Mar** **Apr** Mag Giu Lug Ago Set Ott Nov Dic

Caratteri distintivi - **habitus**: erba perenne di 15-25(-50) cm, con rizoma sottile con uno o più nodi, e fusto angoloso, ramificato solo in alto, irsuto per peli ruvidi; **fiore**: giallo pallido, penduli in cime dense di 3-8(-20). Corolla (15-20 mm) con tubo di circa 16 mm e denti ottusi (1,5 mm); squame triangolari più brevi dei denti corollini (**osservare!**); antere astate (4-5 mm) portate da un filamento lungo al massimo 1/3 delle stesse; stilo sporgente dalla corolla di 1-2 mm; **foglie**: ovato-oblunghe (3-4 x 7-9 cm le mediane), ristrette alla base e prolungate sul fusto in un'ala lunga circa 1/2 dell'internodio, poco decorrenti, le superiori sessili; glabre superiormente e tomentose inferiormente; **frutti**: acheni grigi, lucidi e ± ovati.

**Area di distribuzione**: Europa Sudorientale, soprattutto nella regione Carpatico-Danubiana (SE-europea). In Italia è comune su tutto il territorio, escluse le isole.

**Frequenza nel Parco**: rara.

**Habitat**: boschi di latifoglie, soprattutto querceti, ostrieti e castagneti, 0-1300 m s.l.m.

**Dove vive**: suoli da moderatamente secchi a umidi, alcalini, moderatamente poveri di nutrienti, ricchi in humus, a tessitura fine e ± areati. Ama l'ombra e le zone fresche a clima suboceanico.

**Uso e Curiosità**: *Symphytum* deriva dal greco "symphuò" (io unisco), per la capacità del rizoma di cicatrizzare lesioni cutanee e rinsaldare quelle ossee; l'epiteto specifico (*tuberosum*) richiama la forma a tubero del rizoma. La pianta ha proprietà astringenti, emollienti, emostatiche e antinfiammatorie. Se somministrata in eccesso, gli alcaloidi in essa contenuti la rendono tossica per il fegato (!). I getti teneri possono essere fritti o cotti e le foglie lessate o fatte in padella. La polvere delle radici essiccate è usata in cosmetici per colorare il viso. Anticamente veniva utilizzata per colorare la lana. La specie è simile alla consolida maggiore (*Symphytum officinale*), anch'essa presente nel Parco, riconoscibile per il grosso rizoma orizzontale, le foglie lanceolate (1-2 x 3-8 dm) e decorrenti sul fusto che sembra così alato (**osservare!**) e la corolla spesso rosa-violacea con denti del calice lesiniformi-acuminati.





*Circaea lutetiana* L.

Erba-maga comune (Enchanter's Nightshade)

Fam. Onagraceae



Gen	Feb	Mar	Apr	Mag	<b>Giu</b>	<b>Lug</b>	Ago	Set	Ott	Nov	Dic
-----	-----	-----	-----	-----	------------	------------	-----	-----	-----	-----	-----

Caratteri distintivi - **habitus**: erba perenne alta 30-40 cm, con fusti ascendenti, cilindrici e pubescenti-vellutati in alto; **fiore**: rosei, su peduncoli (5 mm) con peli ghiandolari diffusi, riuniti in racemo allungato di 2 dm. Calice purpureo con tubo aculeato e denti riflessi; petali 2 (3 mm), cuoriformi; sepal 2 (2-4 mm); **foglie**: ovate, le maggiori lunghe 6 cm, con base tronca e leggermente cuoriforme, margine dentato e nervature dentate e pelose, opposte e picciolate; **frutto**: capsula biloculare (2 semi) irta di aculei.

**Area di distribuzione**: zone fredde e temperato-fredde di Europa, Asia e Nord-America, intorno al Polo Nord (circumboreale). In Italia è comune sulle Alpi e sull'Appennino Settentrionale e Centrale, mentre è rara in Pianura Padana, Colli Laziali, Italia Meridionale, Sicilia e Sardegna.

**Frequenza nel Parco**: comune.

**Habitat**: boschi igrofilo di latifoglie, forre, vegetazione di malerbe boschive, 0-1500 m s.l.m.

**Dove vive**: su suoli umidi o talora intrisi d'acqua, tendenzialmente neutri, ricchi in nutrienti e in humus, argillosi e mal arenati. Ama l'ombra e le zone collinose a clima  $\pm$  continentale.

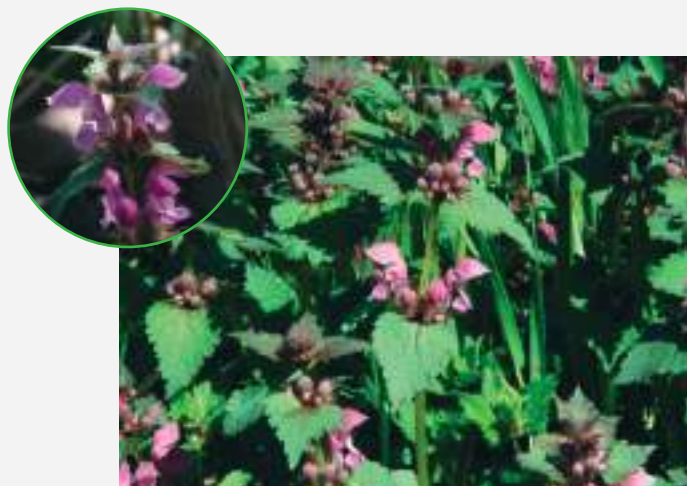
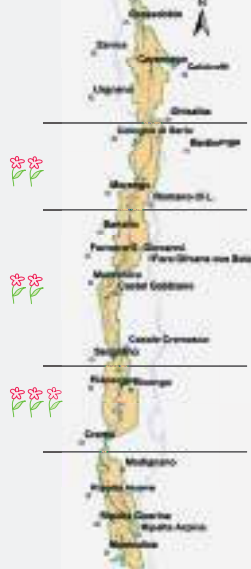
**Uso e Curiosità**: il nome del genere (*Circaea*) deriva dal greco "Kirke" (Circe), la ninfa marina famosa per le sue arti magiche; il nome specifico (*lutetiana*) deriva dal latino e significa di Parigi. Il nome della specie fu attribuito nel XVI secolo dal botanico fiammingo Mathias de Lobel, il quale identificò la pianta che il medico greco antico Dioscoride aveva dedicato alla maga Circe, con il nome romano della città in cui lavorava: *Lutetia*. L'erba maga comune è stata usata in passato come astringente e come dissolvente dei condilomi, applicazione giustificata dalla presenza di abbondanti sostanze tanniche.



## *Lamium maculatum* L.

Falsa-ortica macchiata (Spotted Dead-nettle)

Fam. Lamiaceae



Gen Feb Mar Apr Mag Giu Lug Ago Set Ott Nov Dic

**Caratteri distintivi - habitus:** erba perenne di 20-50 cm, con fusto quadrangolare, ascendente o eretto, tubuloso, perlopiù glabro, lucido e radicante ai nodi; **fiori:** rosa-porpora, grandi (10-15 mm), riuniti in verticillastri all'ascella delle foglie nella parte alta del fusto. Tubo biancastro della corolla ricurvo a S; calice con tubo di 3-4 mm e denti di 3-5 mm; **foglie:** opposte, da triangolari-ovate a cuoriformi (3-4 x 3,5-5 cm), crenate, dentate, verdi e spesso con macchia biancastra lungo la nervatura centrale, pubescenti, e con picciolo di 2-4 cm; **frutto:** tetrachenio brunastro.

**Area di distribuzione:** continente eurasiatico, in tutta la pianura europea, fino all'Estremo Oriente (eurasiatica temperata). In Italia è comunissima in tutto il territorio, esclusa la Sicilia. **Frequenza nel Parco:** comunissima.

**Habitat:** cedui, siepi, incolti, bordi dei boschi, solchi delle strade, 0-1200 m s.l.m.

**Dove vive:** suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, ricchi in nutrienti e in humus, a tessitura fine e ± areati. Ama luoghi ± luminosi, freschi o ± freddi a clima continentale.

**Uso e Curiosità:** i principi attivi contenuti nelle infiorescenze e foglie della pianta hanno azione depurativa, astringente e antiemorragica. In passato era usata contro la scrofolosi e l'eruzione cutanea causata da una forma di tubercolosi. Dall'intera pianta si preparano infusi per compresse, lavande e frizioni, mentre con l'acqua distillata di fiori e foglie si preparano colliri. In cucina, la falsa-ortica macchiata è usata saltata in padella. E' pianta mellifera. Nel Parco si trovano anche le affini falsa-ortica purpurea (*Lamium purpureum*) e falsa-ortica bianca (*Lamium album*); la prima riconoscibile per la piccola corolla rosa-porpora e le foglie superiori, rosso-vinose, ravvicinate all'apice del fusto e progressivamente minori, la seconda per la corolla bianca. Il nome volgare di "Falsa-ortica" è ispirato alla somiglianza di queste piante con l'ortica comune (*Urtica dioica*), pur senza dividerne gli effetti urticanti.



*Lamium orvala* L.

Falsa-ortica maggiore (Large Red Dead Nettle)

Fam. Lamiaceae



Gen Feb Mar **Apr Mag Giu** Lug Ago Set Ott Nov Dic

Caratteri distintivi - habitus: erba perenne alta 30-60 cm, con caratteristico odore di citronella misto ad odore fetido (**odorare!**) e fusto eretto subcilindrico; fiori: rosso-carnicini, riuniti in verticillastri 12-15fiori. Corolla grande, bilabiata, con tubo diritto (15-20 mm), labbro superiore pubescente e con lobi divergenti (20 mm), labbro inferiore chiaro e con macchie porporine (18 mm); antere glabre; calice con 5 denti e 5-10 nervature; foglie: cuoriformi, grossolanamente dentate e picciolate; frutto: tetrachenio.

Area di distribuzione: sistemi montuosi dell'Europa orientale mediterranea (E-alpino-dinarica). In Italia è comune solo a nord-est (Lombardia, Veneto, Trentino, Friuli Venezia Giulia e Liguria), sulle catene meridionali ed aree collinari antistanti, mentre è rara in pianura; altrove si rinviene solo in Puglia.

Frequenza nel Parco: rara.

Habitat: boschi di latifoglie (querzeti, castagneti o faggeti), soprattutto ai margini o nei cedui, 0-1200 (max 1750) m s.l.m.

Dove vive: predilige suoli umidi, neutri o debolmente acidi o alcalini, ricchi in nutrienti e in humus, a tessitura fine e ben areati. E' amante dell'ombra e delle zone fresche clima suboceanico.

Uso e Curiosità: il nome del genere (*Lamium*) potrebbe derivare dal greco e significare "bocca aperta", per la forma della corolla; oppure, siccome i fiori danno l'impressione di mangiare gli insetti che li visitano, potrebbe derivare dal nome di una regina della Libia, Lamia, leggendaria mangiatrice di bambini. Elemento rarissimo dei boschi relitti della Pianura Padana, è quindi un'entità di pregio per il territorio. La pianta, a causa della splendida fioritura rosso-carnicina, è spesso preda di raccolte indisciplinate da parte dei turisti per conservare, forse, il ricordo di una passeggiata tra i boschi del Parco. E' molto apprezzata a scopo ornamentale.

*Pulmonaria officinalis* L.  
Polmonaria maggiore (Lungwort)  
Fam. Boraginaceae



Gen Feb **Mar** **Apr** **Mag** Giu Lug Ago Set Ott Nov Dic

Caratteri distintivi - habitus: erba perenne di 10-20(-30) cm, rizomatosa, con fusto breve e rami spesso incurvati; fiori: roseo-vinosi poi violetti a fine fioritura, riuniti in cime contratte con asse irsuto e generalmente ghiandoloso. Corolla tubulare che si allarga a scodella in 5 lobi ovali (Ø 13-20 mm), glabra ma con un anello di peli alla fauce; calice subcilindrico (9-11 mm) con 5 denti triangolari; foglie: le radicali (solo in estate) con lamina intera, ovato-cuoriforme (lunghe 7-16 cm), chiazzata di bianco (**osservare!**) setolose e quasi pungenti sulla pagina superiore (**tatto!**), portate da un picciolo alato di 10-16 cm; le cauline ovali, alterne, sessili e avvolgenti il fusto; frutti: 4 acheni bruno-scuri, ovali, lisci, racchiusi in fondo al calice che si allunga durante la maturazione (11-13 mm).

Area di distribuzione: Europa temperata dalla Francia all'Ucraina (centro-europea). In Italia è comune su Alpi e rilievi collinari antistanti, mentre è rara nella Pianura Padana a nord del Po e in Emilia.

Frequenza nel Parco: rara.

Habitat: boschi misti e di latifoglie (querceti, carpineti, faggete), siepi, 0-1500 m s.l.m.

Dove vive: predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, alcalini, provvisti di nutrienti, ricchi in humus, a tessitura fine e ± areati. Ama l'ombra e le zone fresche a clima suboceanico.

Uso e Curiosità: *Pulmonaria* deriva dal latino "*pulmo*" (polmone), per la forma delle foglie macchiate di bianco che ricorda quella dei polmoni. Il nome della specie ne richiama l'uso farmaceutico. La pianta ha proprietà sudorifere, vitaminizzanti, emollienti, espettoranti, astringenti, lenitive e diuretiche. Può essere utilizzata nella cura di geloni, contusioni, screpolature della pelle, infiammazioni della gola e catarro. Le foglie tenere sono impiegate nelle minestre; il succo fresco, contenente vitamina A e C, è usato per le diete. E' una pianta mellifera. La presenza della polmonaria maggiore nei boschi del territorio è un elemento di pregio naturalistico per il Parco.



## *Stachys sylvatica* L.

Stregona dei boschi (Hedge Woundwort)

Fam. Lamiaceae



Gen Feb Mar Apr Mag **Giu Lug Ago** Set Ott Nov Dic

**Caratteri distintivi - habitus:** erba perenne, alta 40-100 cm, dal caratteristico e intenso odore più o meno gradevole (**strofinare le foglie e odorare!**), con fusto eretto, quadrangolare, robusto, vischioso, con sparsi peli riflessi, ramoso in alto; **fiori:** roseo-vinosi o purpurei, bilabati, con labbro inferiore molto divergente, riuniti in spicaste (spighe formate da verticillastrici di 3-6 fiori); corolla di 14-16 mm e calice con tubo di 3-4 mm; **foglie:** opposte, picciolate, ovato-cuoriformi, acuminate all'apice (lunghe 8-10 cm), vellutate (**strofinare le foglie tra le dita!**), profumate, con margine regolarmente dentato, le cauline di dimensioni ridotte; **frutti:** tetracheni rugosi, di color marrone.

**Area di distribuzione:** zone fredde e temperato fredde dell'Europa e dell'Asia (eurosiberiana). In Italia è presente su tutto il territorio salvo che in Sardegna. E' rara al Sud, mentre nel Centro e Nord Italia è comune, anche se quasi scomparsa dalla Pianura Padana.

**Frequenza nel Parco:** rara.

**Habitat:** boschi di latifoglie (ontaneti, frassineti, pioppeti, saliceti), loro radure e schiarite, 0-1700 m s.l.m.

**Dove vive:** predilige suoli freschi e umidi, neutri, debolmente acidi o moderatamente alcalini, con un buon tenore in nutrienti e in humus, a tessitura fine. Ama l'ombra e i luoghi freschi a clima continentale.

**Uso e Curiosità:** il nome del genere (*Stachys*) deriva dal greco "stakhys" (spiga), in riferimento alla forma dell'infiorescenza, mentre l'epiteto specifico "sylvatica", dal latino "silva", "silvaticus", indica l'habitat prediletto della pianta, ossia i boschi. La pianta appartiene alla famiglia delle Lamiaceae, una delle più importanti dal punto di vista apistico soprattutto per il nettare. Alla stregona dei boschi vengono attribuite proprietà antispasmodiche, emmenagoghe, diuretiche e sedative, grazie ai principi attivi (oli essenziali) contenuti nelle sommità fiorite. Il rizoma della betonica dei boschi (altro nome volgare della pianta), trova impiego in cucina, bollito o per insaporire insalate.

*Thalictrum aquilegifolium* L.

Pigamo colombino (Columbine Meadow-rue)

Fam. Ranunculaceae



Caratteri distintivi - **habitus**: erba perenne alta 40-100 cm, con radici rossastre fusiformi, sottili (2-3 mm) e fusto eretto, striato e glabro; **fiori**: rosei o violetti, grandi (8-15 mm), riuniti in corimbi densi. Perianzio con 4-5 segmenti, piccoli e caduchi; numerosi stami violetti (**osservare!**), raramente giallo-biancastri, ingrossati superiormente (8-10 mm), antere gialle di 1,5 mm; **foglie**: composte, le inferiori 3-pennatosette, divise in 3 segmenti ovati, a loro volta divisi in tre lobi nella metà apicale, dei quali il mediano tridentato e i laterali bidentati; le cauline simili alle inferiori, ma più piccole. La pagina superiore della lamina è glauca, mentre l'inferiore è chiara; la guaina si allarga in orecchiette scariosse di 3 x 9 mm; **frutti**: follicoli penduli su lunghi piccioli.

**Area di distribuzione**: aree fredde e temperato fredde dell'Eurasia (eurosiberiana). In Italia è comune dalle Alpi al Gargano e la Sila, solo sui rilievi, mentre è rara nella Pianura Padana.

**Frequenza nel Parco**: rarissima.

**Habitat**: boschi umidi, boscaglia in quota, soprattutto faggete, 50-2400 m s.l.m.

**Dove vive**: su suoli umidi o talora inzuppati d'acqua, tendenzialmente neutri, provvisti di nutrienti, ricchi di humus, argillosi e mal arenati. Ama la penombra, gli ambienti da freschi a freddi, e il clima suboceanico.

**Uso e Curiosità**: *Thalictrum* deriva forse dal greco "thallein" (rinverdire) e "ictar" (presto), in riferimento al rapido sviluppo vegetativo della pianta; il nome specifico (*aquilegifolium*) allude alla somiglianza delle foglie con quelle di un'altra Ranunculaceae, l'aquilegia comune (*Aquilegia vulgaris*). Anticamente la pianta era nota sia nella medicina popolare sia in cucina, dove le foglie e le radici trovavano impiego bollite o in insalate. Oggi, tali usi sono sconsigliati perché la pianta contiene un glicoside cianogenetico nocivo per la salute umana (!). I particolari fiori del pigamo colombino sono molto apprezzati a scopo ornamentale. Nel Parco è interessante la presenza di questa specie tipicamente montana, che ha trovato in pianura le condizioni ambientali favorevoli alla sua sopravvivenza.



## *Vinca minor* L.

Pervinca minore (Lesser Periwinkle)

Fam. Apocynaceae



Gen Feb Mar Apr Mag Giu Lug Ago Set Ott Nov Dic

**Caratteri distintivi - habitus:** erba perenne a base lignificata di 10-20 cm, glabra, sempreverde (**osservare in tutte le stagioni!**), con fusti tenaci, lungamente striscianti al suolo, i fioriferi eretti; **fiori:** azzurro-violetti, raramente bianco-rosei, 5-meri, isolati e ascellari su peduncoli di 9-15 mm. Corolla ( $\varnothing$  2,5-3 cm) ipocrateriforme, con tubo di 1 cm e lobi spatolati di 8 x 10 mm; calice (3 mm) diviso in 5 lacinie triangolari glabre; **foglie:** opposte, glabre, intere, lanceolate (lunghe 22-35 mm), coriacee, ottuse all'apice e su picciolo di 2-4 mm; pagina inferiore con nervature reticolate sporgenti; **frutto:** 2 follicoli divergenti, contenenti semi neri.

**Area di distribuzione:** areale centrato dall'Europa temperata al Caucaso (Medio-europea-caucasica). In Italia è comune in tutto il territorio, fatta eccezione per le zone più calde.

**Frequenza nel Parco:** rara.

**Habitat:** boschi di latifoglie, soprattutto di rovere e farnia, boscaglie, bordo di siepi, 0-1300 m s.l.m.

**Dove vive:** su suoli da moderatamente secchi a umidi, preferibilmente alcalini, provvisti di nutrienti, ricchi di humus, a tessitura media e quindi permeabili, sabbiosi e ben areati. Ama l'ombra e le zone collinose a clima  $\pm$  continentale.

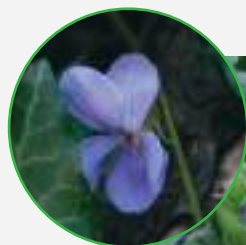
**Uso e Curiosità:** i fiori e le foglie sempreverdi della pervinca sono simbolo di fedeltà in amicizia e di tenacia del ricordo. Considerata simbolo di verginità, si usava spargere i fiori davanti agli sposi e disporre quattro piccoli mazzetti agli angoli del letto coniugale. La pervinca ha proprietà diuretiche, astringenti, digestive, ipotensive e antinfiammatorie, ed è impiegata come stimolante cerebrale e vasodilatatrice grazie alla presenza dell'alcaloide vincamina. Gli alcaloidi della Vinca, ora sintetizzati, vengono utilizzati come antitumorali. La pianta è tossica (!) e va usata sotto controllo medico. La pervinca trova impiego in progetti di ripristino ambientale per combattere l'erosione del suolo, grazie al fitto intrico formato dalle sue radici che trattengono lo strato superficiale dei terreni in pendio.

*Viola alba* Besser subsp. *dehnhardtii* (Ten.) W. Becker

Sinonimo: *Viola dehnhardtii* Ten.

Viola di Dehnhardt (Dehnhardt Violet)

Fam. Violaceae



Caratteri distintivi - **habitus**: erba perenne alta 5-15 cm, con stoloni epigei spesso assenti; **fiori**: viola chiaro, 5-meri, profumati (**odorare!**). Corolla ( $\varnothing$  1,5-2 cm) con petali laterali spesso ravvicinati all'inferiore, sperone violetto e sepali ovali, con apice arrotondato o ottuso; **foglie**: in rosetta basale, arrotondato-acuminate, con lati convessi,  $\pm$  pelose, crenate ai margini; le estive piú grandi e svernanti; stipole lineari-lanceolate acuminate, con lunghe frange cigliate e peli piú corti a pettine, sull'apice (**osservare con una lente!**); **frutto**: capsula subsferica  $\pm$  pelosa, bruno-violacea.

**Area di distribuzione**: areale incentrato sulle coste mediterranee ma irradiante anche verso l'Europa media (eurimediterranea). In Italia è comune su quasi tutto il territorio, manca in Val d'Aosta, Trentino, Alto Adige e Veneto.

**Frequenza nel Parco**: comune.

**Habitat**: boschi luminosi, radure, siepi, luoghi erbosi, 0-1000 m s.l.m.

**Dove vive**: predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, alcalini, ricchi in nutrienti e humus, a tessitura fine e  $\pm$  areati. Ama le stazioni  $\pm$  luminose, calde, a clima continentale.

**Uso e Curiosità**: la pianta ha proprietà antinfiammatorie, diuretiche, espettoranti, emollienti e tossifughe. In cucina, foglie e fiori sono consumati come insalate. Le formiche raccogliendo nei loro nidi sotterranei i semi delle viole, attratte da un'appendice del seme (detta "elaiosoma") formata da lipidi di cui sono ghiotte, contribuiscono alla loro dispersione. Consumato il cibo, infatti, i semi abbandonati sono pronti a germogliare la stagione successiva. Nel Parco sono presenti anche la viola mammola (*Viola odorata*) e la viola dei colli (*Viola collina*) che si distinguono la prima per gli stoloni radicanti e fioriferi solo al secondo anno, la corolla violetto scuro e le stipole largamente ovali con frange brevi, la seconda per l'assenza degli stoloni e la corolla violetto chiaro con sperone breve biancastro. Nel territorio è presente, inoltre, la viola bianca (*Viola alba*), simile alla viola di Dehnhardt, ma con corolla bianca e sperone violetto.



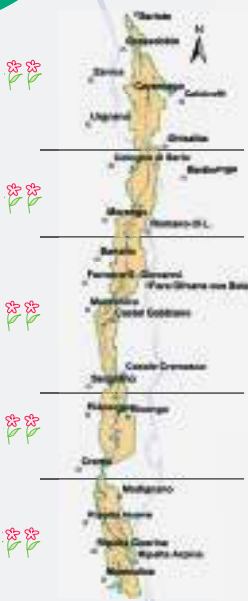




*Bryonia dioica* Jacq.

Bryonia comune, Zucca selvatica (Red-berried Bryony)

Fam. Cucurbitaceae



Gen Feb Mar **Apr** **Mag** **Giu** Lug Ago Set Ott Nov Dic

**Caratteri distintivi - habitus:** erba perenne di 50-400 cm, dioica, con fusti erbacei volubili, rampicanti, dotati di robusti cirri ascellari (osservare!); radice grossa a fittone; **fiori:** giallastri, striati di verde, in racemi ascellari più lunghi delle foglie (i femminili più corti dei maschili). Corolla simpetala con 5 lobi profondi; stami 5, di cui 4 saldati a 2 a 2 ed uno libero; stili 3 e stimmi 3, globosi e pelosi; **foglie:** alterne, palmato-lobate (fino a 10 cm), in genere tanto lunghe quanto larghe, con 3-5 lobi arrotondati, ruvide per peli irti (tatto!) e con nervi di sotto sporgenti; picciolo breve e robusto; **frutto:** simil bacca (peponide) sferica (6-8 mm), rossa a maturazione. **Area di distribuzione:** areale incentrato sulle coste mediterranee ma irradiante anche verso l'Europa media (eurimediterranea). In Italia è comune su tutto il territorio, ad eccezione della Sardegna.

**Frequenza nel Parco:** comune.

**Habitat:** siepi, boscaglie umide e macerie, 0-800 m s.l.m.

**Dove vive:** predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, alcalini, ricchi in nutrienti, con un medio tenore in humus a tessitura fine e ± areati. Ama la luce, le zone calde a clima suboceanico.

**Uso e Curiosità:** *Bryonia* deriva dal greco "*Bryo*" (crescere con vigore), con allusione alle robuste radici e allo sviluppo rigoglioso della pianta. L'epiteto specifico (*dioica*) deriva dal greco "*dis*" (due volte) e "*oikía*" (abitazione), in riferimento ai fiori maschili e femminili portati da individui diversi. La pianta è tossica (!): ha un'azione lassativa molto forte, il succo vegetale a contatto con la pelle provoca infiammazioni con formazioni di vesciche e l'ingestione dei frutti causa bruciori alla bocca e vomito. Pochi frutti ingeriti dai bambini possono avere effetto letale.



*Carex pendula* Huds.

Carice a spighe pendenti, Carice maggiore (Pendulous Sedge)

Fam. Cyperaceae



Gen	Feb	Mar	Apr	Mag	Giu	Lug	Ago	Set	Ott	Nov	Dic
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

**Caratteri distintivi - habitus:** erba perenne di 60-140 cm, formante cespugli densi avvolti alla base da guaine allargate, bruno-rossastre, prive di lamina e con nervature reticolate. Fusto eretto, robusto, trigono (**osservare!**), avvolto dalle foglie fino all'infiorescenza; **fiori:** poco appariscenti riuniti in spighe bruno-verdastre, cilindriche, la superiore maschile (raramente 2) di 5-7 cm; le inferiori 2-6 solo femminili, di 5-12 cm, dense, incurvate con apice pendulo, sessili o su peduncolo breve, a formare nel complesso un'infiorescenza allungata di 1-4 dm, unilaterale. Glume rosso-bruno, stimmi 3; **foglie:** larghe 7-12(-16) mm, più brevi del fusto, ligula membranosa formante un triangolo acuto di 2 mm; **frutti:** otricelli verdastri, glabri, fusiformi con nervi sporgenti (almeno i laterali).

**Area di distribuzione:** specie distribuita nelle zone temperate dell'Europa e dell'Asia (eurasiatica). In Italia era comune un tempo su tutto il territorio, ora è talvolta rara a seconda della distribuzione del suo ambiente naturale.

**Frequenza nel Parco:** rarissima.

**Habitat:** boschi igrofili, soprattutto pioppete, paludi ombreggiate, ruscelli, 50-800 m s.l.m.

**Dove vive:** Predilige suoli umidi o talora intrisi d'acqua, tendenzialmente neutri, ricchi di nutrienti, ricchi di humus, argillosi e poco arenati. Ama l'ombra e le zone fresche a clima suboceanico.

**Uso e Curiosità:** il nome del genere (*Carex*) deriva forse dal greco "*keiro*" (tagliare), in riferimento alle foglie taglienti di alcune specie; il nome specifico (*pendula*) fa riferimento alle spighe pendenti della pianta. I carici cespitosi sono utilizzati in progetti di rinaturalizzazione ambientale per la loro funzione di rassodare i terreni acquitrinosi e sabbiosi. La pianta è bottinata dalle api per il polline. La carice maggiore è una specie di pregio per i boschi igrofili del Parco.



*Carex sylvatica* Huds.  
Carice delle selve (Wood Sedge)  
Fam. Cyperaceae



Gen Feb Mar **Apr** **Mag** Giu Lug Ago Set Ott Nov Dic



Caratteri distintivi - habitus: erba perenne di 30-60 cm, formante cespugli con un fusto centrale fiorifero eretto, robusto, trigono, liscio, in genere incurvato all'infiorescenza e 2 fusti laterali sterili simmetrici, striscianti per 1-2 cm, poi eretti e terminanti in un ciuffo di foglie; guaine basali intere, brune; fiori: poco appariscenti, riunite in spighe, verde-giallastre; 1 (raramente 2) maschile apicale, lineare di 2-4 cm, generalmente inclinata e 2-5 femminili  $\pm$  pendule su lunghi peduncoli, spaziate nella metà superiore del fusto e lunghe 3-5 cm. Brattee simili a foglie, in genere più corte dell'infiorescenza, glume verdi, variegata di bruno, stimmi 3; foglie: piane, molli, larghe 3-8 mm, più brevi del fusto, lisce e verdi; frutti: otricelli a fiasco, sottili, lisci (5-6 mm), bruno-chiari, con becco lungo circa quanto la parte rigonfia e 2 nervi sporgenti.

Area di distribuzione: continente eurasiatico, in tutta la pianura europea, fino oltre gli Urali (europea-W-asiatica). In Italia è comune in tutto il territorio, limitatamente alle stazioni più fresche e nelle aree montuose; nel resto è rara.

Frequenza nel Parco: rara.

Habitat: boschi caducifogli mesofili (faggeti, querceti e castagneti), 0-1500 m s.l.m.

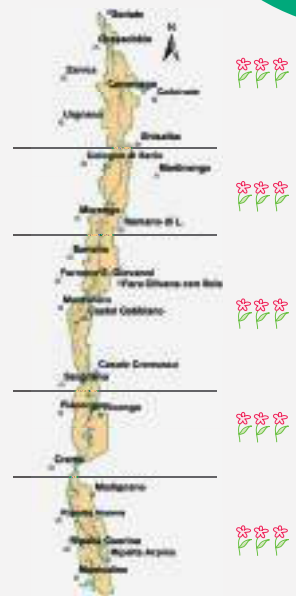
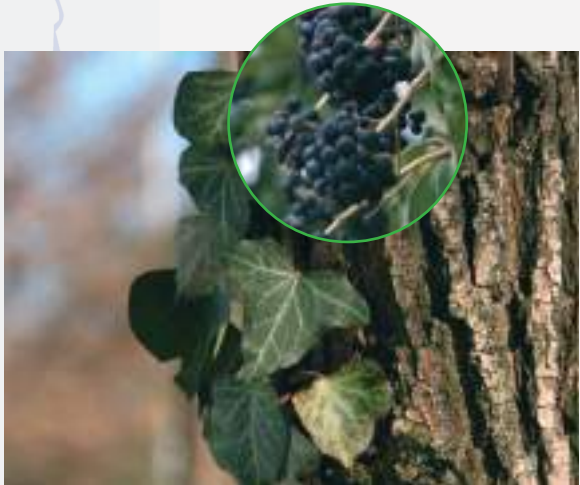
Dove vive: Predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, moderatamente poveri di nutrienti, ricchi di humus, a tessitura fine e  $\pm$  areati. Ama l'ombra e le zone fresche o  $\pm$  fredde a clima continentale.

Uso e Curiosità: la carice delle selve trova impiego in campo ornamentale come pianta da giardino. La specie è un buon indicatore di qualità ambientale e/o di potenzialità per un recupero nel territorio dei boschi originari. Come per tutte le congeneri, la pianta è bottinata dalla api per il polline.





*Hedera helix* L.  
Edera comune (Common Ivy)  
Fam. Araliaceae



Gen Feb Mar Apr Mag Giu Lug Ago **Set** **Ott** Nov Dic

**Caratteri distintivi - habitus:** liana perenne di 1-20 m, sempreverde, con fusto rampicante o strisciante al suolo, con pelosità biancastra ± densa (i soli rami giovani sono glabri) e dotato di radici avventizie adesive; **fiori:** verdastrì, 5-meri, in gruppi di 2-3 ombrelle sferiche 8-20flore, all'apice dei rami. Sepali triangolari molto piccoli, brunastri; stami 5 alternati ai petali; antere gialle, talvolta rosee; stigma sessile; **foglie:** picciolate, verde intenso e lucide, con nervature piú chiare e spesso evidenti nella pagina superiore, di forma variabile: nei fusti sterili, palmato-lobate con 3-5 lobi; nei fusti fioriferi, ellittiche o ovali-lanceolate; **frutti:** bacche ovoidi (Ø 4-6 mm) a maturità nero-bluastre.

**Area di distribuzione:** submediterranea-subatlantica. E' comunissima su tutto il territorio italiano, soprattutto nei distretti a clima oceanico.

**Frequenza nel Parco:** comunissima.

**Habitat:** boschi ± mesofili (quercreti, carpineti, ecc.), pareti, rocce, 0-800 (max 1450) m s.l.m.

**Dove vive:** predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, provvisti di nutrienti, ricchi di humus, a tessitura fine e ± areati. Ama le stazioni ombrose, delle zone collinose, e il clima suboceanico.

**Uso e Curiosità:** *Hedera* deriva dal latino "hēdēra" (stare attaccato, aderire), in riferimento al portamento della pianta; l'epiteto specifico (*helix*) deriva dal greco e significa "spirale o elica", richiamando l'attitudine della pianta ad attorcigliarsi su qualsiasi supporto o ospite. L'edera è usata per la cicatrizzazione di piaghe e ferite, nel trattamento della gotta, dei dolori reumatici, della pertosse e bronchite, e contro le infezioni fungine e i parassiti delle vie biliari di molti animali domestici. I frutti, appetiti da tordi e merli, sono tossici per l'uomo (!) e la loro assunzione in dosi eccessive può causare vomito, diarrea e danneggiare i globuli rossi del sangue; le foglie fresche, invece, possono provocare reazioni allergiche. L'edera è usata in vari prodotti cosmetici anticellulite, per tinture gialle e marroni e per ravvivare il colore ai tessuti neri scoloriti. Le foglie bollite con l'aggiunta di soda danno un buon sostituto del sapone per lavare i panni.

*Humulus lupulus* L.

Luppolo comune (Hop)

Fam. Cannabaceae



Gen	Feb	Mar	Apr	Mag	Giu	Lug	Ago	Set	Ott	Nov	Dic
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

**Caratteri distintivi - habitus:** liana perenne di 1-3(7) m, dioica, con fusto rampicante avvolgente in senso orario, con sei strie scure nelle quali sono inserite spine brevi e ottuse (**al tatto!**); **fiore:** i maschili bianco-giallognoli, riuniti in ricca infiorescenza a pannocchia pendula all'apice dei rami; i femminili verde chiari, all'ascella di brattee fogliacee ovate ed acuminate in infiorescenza conica e pendula; **foglie:** opposte, da palmato-lobate con 3 lobi profondi e denti acuti (le inferiori) a intere (le terminali). Pagina superiore ruvida, pagina inferiore resinosa; stipole ovali, piccolo e nervi principali spinulosi (**tatto!**); **frutti:** acheni subrotondi (3 mm), avvolti da brattee accresciute sulla cui superficie sono presenti numerose ghiandole secernenti una sostanza resinosa gialla.

**Area di distribuzione:** europeo-caucasica e Nord America. In Italia è presente su tutto il territorio. **Frequenza nel Parco:** comune.

**Habitat:** boschi umidi, boscaglie e siepi, 0-1200 m s.l.m.

**Dove vive:** su suoli umidi occasionalmente inzuppati, tendenzialmente neutri, ricchi di nutrienti, con un medio tenore in humus, a tessitura fine e ± areati. Cresce in stazioni ± luminose, delle zone collinose-planiziali, a clima suboceanico-continentale.

**Uso e Curiosità:** *Humulus* deriva dal latino "humus" (terra, terra ricca di sostanza organica), con riferimento al portamento prostrato o all'habitat preferito; *lupulus* deriva dal latino "lupus" (lupo), richiamando il portamento selvaggio o per la difficile domesticazione della specie. Il luppolo contiene diversi principi attivi che gli conferiscono proprietà aromatizzanti, amaro-toniche, soporifere e sedative, ed è usato contro l'isterismo, depressione, carenza di estrogeno, insonnia, menopausa, crampi mestruali, nervosismo e disturbi gastrici. La pianta può causare irritazioni alla cute e reazioni allergiche. I giovani getti primaverili sono cucinati come gli asparagi selvatici o in risotti, frittate e minestre, mentre le infiorescenze femminili essiccate sono usate nella fabbricazione della birra. Tale uso è stato introdotto nel XIII secolo da Gambrinus il leggendario Re della Birra.

## *Neottia ovata* (L.) Bluff & Fingerh.

Sinonimo: *Listera Ovata* (L.) R.Br.

Listera maggiore (Common Twayblade)

Fam. Orchidaceae



Gen Feb Mar Apr **Mag** **Giu** **Lug** **Ago** Set Ott Nov Dic

**Caratteri distintivi - habitus:** erba perenne di 40-60 cm, con rizoma breve, radici sinuose e filiformi e fusto robusto, eretto, cilindrico, glabro  $\pm$  pubescente e ghiandoloso in alto; **fiori:** numerosi, verdognolo-giallastri, su peduncoli arcuati (5-7 mm) in lassa infiorescenza lineare (racemo) di 2-3 dm. Tepali esterni conniventi (3-3,5 mm), ovati, tepali interni lineari; labello lineare lungamente bifido, pendente privo di sperone; ovario ovoide o subsferico (5-6 m), pubescente e portato da un peduncolo ritorto; brattee fogliacee piú lunghe del peduncolo (5 mm); dal solco basale gocciola il nettare (**osservare!**); **foglie:** 2 foglie cauline, opposte, ovate con  $\pm$  15 nervi e apice arrotondato. Brattee triangolari, poco sviluppate; **frutto:** capsula contenente semi minutissimi.

**Area di distribuzione:** specie distribuita nelle zone temperate dell'Europa e dell'Asia (eurasiatica). E' presente su tutto il territorio italiano.

**Frequenza nel Parco:** rarissima.

**Habitat:** boschi, soprattutto di latifoglie e cespuglieti, 0-1600 m s.l.m.

**Dove vive:** Predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, moderatamente poveri di nutrienti, ricchi di humus, argillosi. Ama le stazioni  $\pm$  luminose, e le zone fresche o  $\pm$  fredde a clima continentale.

**Uso e Curiosità:** il nome del genere (*Neottia*) deriva dal greco e significa "nido", in riferimento alla forma delle radici a nido d'uccello; il nome specifico (*ovata*), allude alla forma delle foglie. La pianta è in grado di propagarsi non solo per via sessuale, tramite semi, ma anche per via vegetativa tramite getti laterali che si originano dal rizoma. La presenza di questa bellissima orchidea rende i boschi del Parco di elevato valore naturalistico-ambientale.

*Parietaria officinalis* L.

Vetriola comune, Erba vetriola (Pellitory of the wall)

Fam. Urticaceae



Gen	Feb	Mar	Apr	Mag	Giu	Lug	Ago	Set	Ott	Nov	Dic
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

**Caratteri distintivi - habitus:** erba perenne alta 20-100 cm, inodore anche durante la fioritura (**odorare!**), con fusto eretto, cilindrico, scarsamente ramoso e fitti peli ricurvi non urticanti molto aderenti (**provare avvicinando la pianta al vestito!**); **fiori:** verdastri, poco appariscenti, 4-meri, riuniti in glomeruli all'ascella delle foglie, formati da un fiore femminile centrale circondato da 4-5 fiori maschili, e in cui sono presenti anche fiori ermafroditi. Brattee ellittiche, ristrette alla base; **foglie:** ovali o ellittico-lanceolate (lunghe 5-10 cm), intere, acute, con nervature trasparenti, appiccicose (al tatto!), alternate e lungamente picciolate; **frutti:** piccoli acheni neri ed ellittici.

**Area di distribuzione:** continente eurasiatico, dall'Europa centrale all'Asia Occidentale (centro-europea-W-asiatica). In Italia è comune in tutto il territorio.

**Frequenza nel Parco:** comunissima.

**Habitat:** aree antropizzate, orli di boscaglie, suoli boschivi eutrofici, macerie, muri, terreni abbandonati, 0-900 m s.l.m.

**Dove vive:** su suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente alcalini, molto ricchi di nutrienti, ricchi in humus, a tessitura fine e ± areati. Predilige le stazioni in penombra, delle zone calde a clima continentale

**Uso e Curiosità:** *Parietaria* deriva dal latino "*paries*" (vecchi muri), in riferimento all'habitat preferito; il nome della specie (*officinalis*) ne richiama l'uso farmaceutico. Il nome "*Vetriola comune*" deriva dall'utilizzo passato di pulire l'interno di bicchieri, bottiglie e fiaschi con le foglie ruvide della pianta. La specie ha proprietà antireumatiche, antiartriche, diuretiche, depurative, espettoranti, emollienti e rinfrescanti. E' usata, combinata ad altre erbe, per cistiti, irritazioni dell'apparato urinario ed emorroidi. I giovani apici, le foglie più tenere o l'intera pianta prima della fioritura sono usati, bolliti, in contorni, minestre, ripieni e frittate. Il polline della vetriola comune è un allergeno.



## *Poa nemoralis* L.

Fienarola dei boschi (Wood bluegrass)

Fam. Poaceae



Gen Feb Mar Apr **Mag** Giu Lug Ago Set **Ott** Nov Dic

**Caratteri distintivi - habitus:** erba perenne di 20-70 cm, verde, con brevi stoloni e culmi cilindrici ascendenti; **fiori:** poco appariscenti, in spighe uniflore, piccole (3-4 mm) molto distanziate, riunite in una lunga pannocchia contratta (5-10 cm) con rami inferiori in gruppi di 3-8. Rachide delle spighe con peli molli (osservare!); glume di 2,8-4 mm; lembo pubescente in basso; palea con peli dritti; **foglie:** flaccide, capillari (larghe max. 2 mm), verde, patenti e spesso a 90° rispetto al fusto; ligula subnulla (max. 0,5 mm nelle foglie superiori); frutto: cariosside.

**Area di distribuzione:** zone fredde e temperato-fredde di Europa, Asia e Nord-America, intorno al Polo Nord (circumboreale). In Italia è presente in tutte le regioni, nelle fasce collinari e montane (Alpi e Appennini), è comune, nella Pianura Padana e nell'area mediterranea, è rara. Frequenza nel Parco: rara.

**Habitat:** boschi, cespuglietti, siepi, 0-1800 (max. 2500) m s.l.m.

**Dove vive:** predilige suoli da moderatamente aridi ad umidi, tendenzialmente neutri, poveri di nutrienti ma ricchi in humus, a tessitura media e ben areati. Ama l'ombra e le stazioni da fresche a fredde a clima continentale.

**Uso e Curiosità:** il nome del genere deriva dal greco "poa" che significa erba; il nome specifico (*nemoralis*) deriva dal latino "nemus" (bosco), in riferimento all'habitat prediletto. La fienarola dei boschi trova impiego a scopo ornamentale per i tappeti erbosi ai piedi degli alberi. La specie è tipica dei boschi di latifoglie mesofile di impronta medioeuropea (querce e quercocarpinetti).

*Urtica dioica* L.

Ortica comune (Stinging Nettle)

Fam. Urticaceae



Gen	Feb	Mar	Apr	Mag	Giu	Lug	Ago	Set	Ott	Nov	Dic
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

**Caratteri distintivi - habitus:** erba perenne di 30-120 cm, dioica, con rizoma ramificato e stolonifero e robusti fusti eretti, a sezione quadrata, striati e in alto scanalati, ricoperti di peli urticanti (**tatto!**); **fiori:** verde-giallastri, minuti, riuniti in racemi semplici o ramificati, verticillati all'ascella delle foglie superiori, patenti nelle piante maschili o  $\pm$  penduli e ricurvi nelle piante femminili. Stimmi arrossati all'apice; stami 4; **foglie:** opposte, lanceolate (5-10 cm) e cuoriformi alla base, grossolanamente dentate, verde scuro e provviste sia di peli corti e semplici sia di peli lunghi e rigidi urticanti. Stipole 4, piccolo pubescente lungo 2/3-4/5 della lamina; **frutti:** acheni.

**Area di distribuzione:** quasi in ogni continente (subcosmopolita). In Italia è comunissima su tutto il territorio.

**Frequenza nel Parco:** comunissima.

**Habitat:** boschi umidi (saliceti) e schiarite di boschi, sentieri, pietraie, terreni abbandonati, cumuli di rifiuti e presso le case, 0-1800 (raramente 2300) m s.l.m.

**Dove vive:** predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, molto ricchi di nutrienti, ricchi in humus, a tessitura fine e  $\pm$  areati. Ama gli ambienti  $\pm$  luminosi, dalla pianura alla montagna, a clima continentale.

**Uso e Curiosità:** *Urtica* deriva dal latino "*urere*" (bruciare), per il bruciore sulla pelle provocato dall'iniezione di acetilcolina e istamina contenuti nei peli urticanti della pianta; *dioica* indica che i fiori maschili e femminili sono portati su piante diverse. L'ortica contiene acido formico, sali minerali e vitamine che la rendono diuretica, antinfiammatoria, antiasmatica, ipoglicemica, depurativa, antireumatica, antifebbrile, galattogoga, emostatica, astringente e tonica, ma se ne sconsiglia l'uso in caso di ridotta efficienza cardiaca o renale. È utilizzata da industrie farmaceutiche e cosmetiche. La pianta è apprezzata sia in cucina, per preparare minestre, risotti, contorni e ripieni, sia come foraggio. L'ortica macerata può essere utilizzata come antipassativo non tossico per piante infestate da afidi.



## *Dryopteris filix-mas* (L.) Schott

Felce maschio (Male-fern)

Fam. Dryopteridaceae

PTERIDOFITE



Gen Feb Mar Apr Mag Giu **Lug Ago Set** Ott Nov Dic

**Caratteri distintivi - habitus:** erba perenne di 30-100 cm, con grosso rizoma legnoso orizzontale (1-1,5 cm) avvolto da squame brune lignificate; **foglie:** bipennatosette a contorno oblanceolato, con pinnule oblunghe dentellate, raramente lobate e confluenti alla base; picciolo breve con numerose squame ferruginee. Le foglie sono inizialmente avvolte a spirale a causa dell'accrescimento più rapido della pagina superiore (tale forma è nota come "pastorale"); **sori:** rotondato-reniformi (1,2-2 mm) disposti lungo le nervature della pagina inferiore della foglia e ricoperti da indusio persistente (**osservare!**).

**Area di distribuzione:** areale molto ampio, quasi in ogni continente (subcosmopolita). In Italia è presente su quasi tutto il territorio, soprattutto su Alpi, Appennini Settentrionali e Corsica, mentre è rara in Sicilia e Sardegna.

**Frequenza nel Parco:** rara.

**Habitat:** boschi freschi di latifoglie, luoghi ombrosi, 0-2300 m s.l.m.

**Dove vive:** predilige suoli da moderatamente secchi a umidi, tendenzialmente neutri, provvisti di nutrienti, ricchi di humus, a tessitura fine e ± areati. Ama le stazioni ombrose, fresche a clima continentale.

**Uso e Curiosità:** *Dryopteris* è il nome usato per indicare una felce (*pteris*) che cresceva ai piedi di una quercia (*drys*); l'epiteto specifico (*filix-mas*) deriva dal latino e significa felce maschio, nome dato probabilmente in confronto con un'altra specie, la felce femmina (*Athyrium filix-femina*), apparentemente simile, ma di un'altra famiglia. La pianta era nota come antiartritico, antireumatico e vermifugo: i principi attivi contenuti nel rizoma paralizzano i vermi cestodi (tenie) e trematodi da espellere poi con un purgante. Le fronde secche messe nei cuscini o nelle scarpe, erano usate contro l'artrosi cervicale e le sordità causate da colpi d'aria e per i gonfiori e dolori ai piedi. Oggi, l'uso domestico della pianta è assolutamente sconsigliabile, per la presenza della filicina (veleno contenuto principalmente nel rizoma) che può provocare disturbi della vista fino a cecità, cefalea, vertigini, vomito, diarrea, crampi addominali, torpore, insufficienza respiratoria e cardiaca, aritmie e convulsioni (!). La specie è molto apprezzata a scopo ornamentale per i giardini ombrosi.



